رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ارشاد فرمایا!

خَیْرُ الدَّوَآءِ الْقُرْاٰنُ ''بہترین دوا قرآن ہے''۔ (ابن ماجہ ج ۲ ص ۳۴۰)

روحانی وجسمانی

امراض کا علاج

خصائصِ آیاتِ بینات سے روحانی وجسمانی
اور غذاؤں سے بیماریوں کا علاج

بفیضانِ نظر

عالمی روحانی شخصیت

حضرت علامہ مولانا محمد بشیر قادری فاروقی سیلانی مدظلہ العالی

بانی ومہتمم اعلیٰ عالمی مرکز مرجع خلائق سیلانی ویلفیئر انٹرنیشنل ٹرسٹ

مؤلف

علامہ مولانا مفتی محمد راشد القادری مدظلہ العالی

ضیاء القرآن پبلی کیشنز
لاہور۔ کراچی ۵ پاکستان

SAYLANI WELFARE INTERNATIONAL TRUST



سیلانی ویلفیئر انٹرنیشنل ٹرسٹ

Masjid Saylani Street, Main Bhadurabad Chowrangi, Karachi-Pakistan. Ph 4130786 (5 Lines) 4939655 - 4120882-3
E-mail: info@saylaniwelfare.com Web. www.saylaniwelfare.com

اجازت نامہ

الحمد للہ رب العلمین والصلوۃ والسلام علی رحمۃ للعلمین اما بعد!

رب تعالیٰ کے فضل و کرم اور اسی کی دی ہوئی توفیق سے کتاب بنام "روحانی و جسمانی امراض کا علاج" مرتب کی گئی ہے۔ اس کتاب میں تقریباً ہر مرض کا روحانی و جسمانی علاج موجود ہے

رب تعالیٰ کی بارگاہ میں دعا ہے کہ وہ ہماری اس کاوش کو قبول و منظور فرمائے۔ اور اُمتِ مسلمہ کو اس کتاب سے استفادہ کرنے کی توفیق عطا فرمائے

آخر میں ایک بار پھر اللہ تعالیٰ سے دعا گو ہوں کہ وہ اپنے پیارے حبیب صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم تمام انبیاء و ملائکہ (علیہم السلام) و اہلبیت شہداء صالحین کے صدقے و طفیل اس کتاب میں موجود تمام نسخہ جات کو اُمتِ مسلمہ کیلئے باعثِ شفاء باعثِ رحمت بنائے۔

نوٹ۔ اس کتاب میں موجود تمام روحانی نسخہ جات کی اجازت عام ہے

والسلام مع الاکرام
محمد بشیر فاروق قادری
[illegible] سیلانی عفی عنہ

قادریہ

ہر اتوار نماز عصر تا مغرب

بمقام: سید الشہداء سیدنا امیر حمزہ رضی اللہ عنہ مسجد

گلبہار (گولیمار) چورنگی، عقب PSO پٹرول پمپ، ناظم آباد نمبر 2، کراچی

خواتین کے لئے پردہ کا انتظام ہے

ہ بردہ

الحمدللہ، بیماروں اور پریشان حالوں کے لئے خوشخبری

محفل قصیدہ بردہ شریف اور غمزدوں کے ہمراہ حضرت بشیر فاروقی قادری کی

رحمٰن عزوجل کے حضور دعائیں اور التجائیں۔

ہر انگریزی مہینے کے پہلے اور تیسرے ہفتے کی شب

وقت: عشاء کے فوراً بعد بمقام: عیدگاہ مسجد جامع کلاتھ، کراچی

بردہ شریف

یہ محفل ہر انگریزی مہینے کے دوسرے ہفتے کو منعقد ہوگی

بمقام: نوری مسجد علی آباد نزد حسین آباد

خواتین بھی باپردہ اپنے گھر کے افراد کے ساتھ شریک ہوں۔

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ارشاد فرمایا!

خَیْرُ الدَّوَآءِ الْقُرْاٰنُ ''بہترین دوا قرآن ہے''۔(ابن ماجہ، ج ۲ ص ۳۴۰)

رُوحانی وجسمانی

امراض کا علاج

خصائصِ آیاتِ بینات سے روحانی وجسمانی اور غذاؤں سے بیماریوں کا علاج

بفیضانِ نظر

عالمی روحانی شخصیت

حضرت علامہ مولانا محمد بشیر قادری فاروقی سیلانی مدظلہ العالی

بانی ومہتمم اعلیٰ عالمی مرکز مرجع خلائق سیلانی ویلفیئر انٹرنیشنل ٹرسٹ

مؤلف

علامہ مولانا مفتی محمد راشد القادری مدظلہ العالی

ضیاء القرآن پبلی کیشنز

لاہور، کراچی -- پاکستان

نام کتاب	روحانی وجسمانی امراض کا علاج
بفیضانِ نظر	حضرت علامہ مولانا محمد بشیر فاروقی سیلانی مدظلہ العالی
مؤلف	علامہ مولانا مفتی محمد راشد القادری مدظلہ العالی
	0323-2382619 - 0333-2327829
ناشر	محمد حفیظ البرکات شاہ
	ضیاء القرآن پبلی کیشنز، لاہور
سال اشاعت	فروری 2013ء
ایڈیشن	پنجم
تعداد	ایک ہزار
کمپیوٹر کوڈ	AW8
قیمت	-/290 روپے

ملنے کے پتے

ضیاء القرآن پبلی کیشنز

داتا دربار روڈ، لاہور۔ 37221953 فیکس:۔ 042-37238010

9۔ الکریم مارکیٹ، اردو بازار، لاہور۔ 37247350۔ فیکس 042-37225085

14۔ انفال سنٹر، اردو بازار، کراچی

فون:۔ 021-32212011-32630411 فیکس:۔ 021-32210212

e-mail:- info@zia-ul-quran.com

Website:- www.ziaulquran.com

فہرست مضامین

باب چہارم

عرضِ مؤلف

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِیْنَ وَالصَّلٰوۃُ وَالسَّلَامُ عَلٰی رَحْمَۃٍ لِّلْعٰلَمِیْنَ اَمَّا بَعْدُ

فَاَعُوْذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّیْطٰنِ الرَّجِیْمِ

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

یہ کتاب چھ ابواب پر مشتمل ہے، پہلے باب میں ہم نے قرآن کریم وفرقان حمید کی آیات سے امراض کا علاج اور دوسرے باب میں وظائف اور دعاؤں سے علاج، تیسرے باب میں غذاؤں سے علاج، چوتھے باب میں روزمرّہ کے آسان علاج، پانچویں باب میں نماز کے ذریعے علاج، چھٹے باب میں سنتوں سے علاج بیان کیا گیا ہے۔

اللہ تبارک وتعالیٰ اس کاوش کو اپنی بارگاہ میں قبول فرمائے اور اس سے امت مسلمہ کو استفادہ کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔

انتساب

ہم اس کتاب کو سرورِ دو جہاں شاہِ کون و مکاں صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی طرف منسوب کرتے ہیں۔ اور اس کا ثواب بالخصوص سرکار صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم اور آپ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی ساری امت کے لئے ایصال کرتے ہیں۔ اور دعا کرتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ اس کتاب سے امت مسلمہ کو استفادہ کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔ اور ہمارے لئے ذریعہ نجات بنائے۔ آمین

صَلُّوْا عَلَى الْحَبِيْبِ
صَلَّى اللّٰهُ عَلٰى مُحَمَّد

❁ درودِ پاک کے صدقے مرض سے نجات

بعض صلحاء میں سے ایک صاحب کو پیشاب بند ہونے کا عارضہ لاحق ہو گیا۔ انہوں نے خواب میں عارف باللہ حضرت شیخ شہاب الدین بن ارسلان رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ کو جو بڑے زاہد اور عالم تھے، دیکھا اور ان سے اپنے مرض کی شکایت و تکلیف بیان کی۔ انہوں نے فرمایا، تم عمدہ، تجربہ شدہ نسخے سے کیوں غافل ہو، یہ درود شریف پڑھا کرو:

اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰی رُوْحِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِی الْاَرْوَاحِ وَصَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰی جَسَدِہٖ فِی الْاَجْسَادِ وَصَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰی قَبْرِہٖ فِی الْقُبُوْرِ

خواب سے بیدار ہو کر ان صاحب نے اس درود شریف کو کثرت سے پڑھا اور ان کا مرض جاتا رہا۔ (فضائل درود شریف، صفحہ ۵۷)

صَلُّوْا عَلَی الْحَبِیْبِ صَلَّی اللّٰہُ عَلٰی مُحَمَّد

❁ ہر بیماری کی دواء ہے

اللہ تبارک وتعالیٰ ہی حقیقت میں شافیُ الامراض یعنی بیماریوں سے شفاء دینے والا ہے سبھی جانتے ہیں کہ بعض اوقات بڑے بڑے ماہر طب بہتر سے بہترین دوائیں دیتے ہیں مگر "مرض بڑھتا گیا جوں جوں دوا کی" کے مصداق مرض میں مسلسل اضافہ ہوتا رہا اور بالآخر مریض دم توڑ دیتا ہے۔ مسلم شریف میں ہے کہ "اللہ عزوجل کے حبیب (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کا فرمان صحت نشان ہے کہ "ہر بیماری کی دواء ہے جب دواء بیماری تک پہنچا دی جاتی ہے تو اللہ عزوجل کے حکم سے مریض اچھا ہو جاتا ہے"۔

(صحیح مسلم شریف حدیث ۲۲۰۳، ص ۱۲۱، دار ابن حزم بیروت)

❁ کوئی مرض لا علاج نہیں

اس حدیث پاک سے ڈاکٹروں کے اس قول کی بھی تردید ہوگئی کہ کینسر یا فلاں بیماری لا علاج ہے یقیناً بڑھاپے اور موت کے سوا کوئی ایسی بیماری ہی نہیں جس کی دواء نہ ہو ہاں یہ الگ بات ہے کہ کئی امراض کا علاج اطباء اب تک دریافت نہیں کر پائے بہرحال رب ذوالجلال جل جلالہٗ چاہے تو دواء شفاء کا ذریعہ بنے ورنہ عین ممکن ہے کہ وہی دواء موت کا سبب بن جائے اور یہ بھی اکثر دیکھا گیا ہے کہ ماہر ڈاکٹر کی طرف سے ملنے والی درست دواء کے باوجود کسی مریض کو منفی اثر (RE ASTION) ہو جاتا ہے اور وہ مزید بیمار، معذور یا فوت ہو جاتا ہے پھر بعض لوگوں کی جہالت کے باعث بے چارے ڈاکٹر کی شامت آجاتی ہے۔

❁ شفا ملنے نہ ملنے کا راز

مفسرِ قرآن، حکیم الامت حضرت مفتی احمد یار خان نعیمی علیہ الرحمۃ المنان مذکورہ حدیث پاک کے تحت مرآۃ شرح مشکوٰۃ جلد 6 صفحہ 214 پر صاحب مرقاۃ رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ کے حوالے سے نقل فرماتے ہیں کہ ”جب اللہ عزوجل کسی بیماری کی شفا نہیں چاہتا تو دواء اور مرض کے درمیان ایک فرشتے کے ذریعے آڑ کر دیتا ہے جس کی وجہ سے دواء مرض پر واقع نہیں ہوتی جب شفاء کا ارادہ ہوتا ہے تو وہ پردہ ہٹا دیا جاتا ہے جس سے دواء مرض پر واقع ہوتی ہے اور شفاء ہو جاتی ہے“۔

(مرقاۃ المفاتیح، ج،۸، ص،۲۸۹، تحت الحدیث ۴۵۱۰ دار الفکر بیروت)

❁ طب یقینی نہیں ظنی ہے

اس کتاب میں جو بھی طبی علاج تجویز کیے گئے ہیں وہ یقینی نہیں ہیں بلکہ سارے کا سارے کا سارا طب ہی ظنی یعنی اس میں غلطی کا امکان رہتا ہے ہر دواء ارادۂ الٰہی عزوجل کے تابع ہے اگر شفاء مل جائے تو دواء کا کمال نہیں رب متعال عزوجل کا رحم وکرم اور جودنوال

ہے اگر شفاء نہ ہو یا خدانخواستہ مزید نقصان ہو جائے تب بھی اللہ عزوجل کی رضا پر راضی رہیئے اکثر نسخہ جات مختلف کتابوں سے اور بعض اپنے تجربات کی روشنی میں تحریر کئے ہیں۔ الحمدللہ عزوجل غرض وغائیت خدمت امت اور اس کے ذریعے حصول رضائے رب العزت جل جلالہٗ ہے امت کی خیر خواہی بڑے ہی ثواب کا کام ہے کہ "خیر الناس انفعھم للناس" یعنی بہترین شخص وہ ہے جو لوگوں کو فائدہ پہنچائے۔

(الجامع الصغیر للسیوطی ص ۲۴۶ حدیث ۴۰۴۴ دارالکتب العالمیۃ بیروت)

اللہ کے پیارے حبیب حبیب لبیب ہم گناہوں کے مریضوں کے طبیب عزوجل و (ﷺ) کا فرمان منفعت نشان ہے کہ "جو کوئی تم میں سے اپنے بھائی کو نفع پہنچا سکتا ہو تو اس کو نفع پہنچانا چاہیے"۔ (صحیح مسلم حدیث ۲۱۹۹، ص ۱۲۰۸)

❁ سُناسُنایا علاج، خطرناک ثابت ہوسکتا ہے

علاج کے لئے کسی ایک طبیب کو مستقلاً مخصوص کر لینا چاہیے وہ آپ کے طبعی مزاج سے واقف رہے گا تو علاج جلد ہو سکے گا اور منفی اثرات کے خطرات بھی کم رہیں گے ورنہ خواہ مخواہ جدا جدا طبیبوں کے پاس جائیں گے تو وہ نئے نئے نسخے آزمائیں گے اس طرح آپ کا پیسہ اور وقت دونوں برباد ہوتے رہیں گے اسی طرح کتابوں یا لوگوں کے بتائے ہوئے نسخوں کے مطابق علاج کرنا بھی خطرناک ثابت ہوسکتا ہے کہ مثل مشہور ہے "نیم حکیم خطرہ جان"۔ ساتھیو! ساتھ میں یہ بھی خاص تاکید ہے کہ اس کتاب میں دیا ہوا نسخہ اپنے طبیب سے مشورہ کئے بغیر استعمال نہ کیا جائے اگرچہ یہ نسخہ اسی بیماری کے لئے ہو جس سے آپ دو چار ہوں اس کی بنیادی وجہ یہ ہے کہ لوگوں کی طبعی کیفیات جدا جدا ہوتی ہیں ایک ہی دوا کسی کے لئے آب حیات کا کام دکھاتی ہے تو کسی کے لئے موت کا پیام لاتی ہے لہٰذا آپ کی جسمانی کیفیات سے واقف آپ کا مخصوص طبیب ہی بہتر طے کر سکتا ہے کہ آپ کو کون سا نسخہ موافق ہوسکتا ہے اور کون سا نہیں کیونکہ کتاب میں علاج کے طریقے بیان کرنا اور ہے جبکہ کسی خاص مرض کا علاج کرنا اور۔

کون سی دوا کس کے لئے نقصان دہ ہے

میں نے ایلو پیتھک ادویہ کے شعبہ سے وابستہ اپنے مرحوم بڑے بھائی جان سے سنا کہ جب پینسلین (PENICILLIN) کا انجکشن نیا نیا ایجاد ہوا تو لوگوں کو اس سے کافی شفائیں مل رہی تھیں مگر بعض مریض اسی کے منفی اثر (RE ACTION) کے سبب فوت بھی ہو جاتے تھے شوگر کے مریضوں کے لئے شکر اور میٹھی چیزوں والے فشار الدم (ہائی بلڈ پریشر) والوں کے نمک اور چکناہٹ والے اور دل کے مریضوں کے لئے گھی اور تیل والی دواؤں کے نسخے نقصان دہ ثابت ہو سکتے ہیں اسی طرح بعضوں کو کھجوروں اور چھوہاروں سے منہ میں چھالے پڑ جاتے ہیں اور کسی کو دودھ ہضم نہیں ہوتا۔

کیا ہر مریض کے لئے شہد مفید ہے

شہد کو ہی لیجئے حالانکہ اس میں شفا ہے تاہم بعضوں کے وجود اس کو برداشت نہیں کر پاتے چنانچہ میرے آقا مولیٰ حضرت امام اہلسنت مولانا شاہ امام احمد رضا خان علیہ رحمۃ الرحمٰن فتاوٰی رضویہ جلد 25 صفحہ 88 پر ردالمحتار کے حوالے سے نقل فرماتے ہیں کہ ''جن مزاجوں (یعنی طبیعتوں) پر صفراء غالب ہوتا ہے شہد انہیں نقصان کرتا ہے بلکہ بارہا بیمار کر دیتا ہے حالانکہ (یعنی باوجود اس کے کہ) وہ (یعنی شہد) بنص قرآنی (دلیل قرآنی سے) شفاء ہے''۔ (ردالمحتار ج ۱۰، ص ۵۰ دار المعرفۃ بیروت)

اعلیٰ حضرت امام اہلسنت شاہ امام احمد رضا خان علیہ رحمۃ الرحمٰن صفراء کی وضاحت کرتے ہوئے فرماتے ہیں کہ ''وہ زرد پانی کہ پتے میں ہوتا ہے جس کو صفراء کہتے ہیں''۔ (فتاوٰی رضویہ، ج ۲۰، ص ۲۳۸)

مراۃ المناجیح جلد 6 صفحہ 218 پر دیئے ہوئے مفسر شہیر حکیم الامت حضرت مفتی احمد یار خان علیہ رحمۃ الحنان کے فرمان کا خلاصہ ہے کہ ''طب میں شہد کو دست آور (یعنی دست لانے والا) مانا گیا ہے لہٰذا دستوں (یعنی ڈائیریا یا لوز موشن) میں شہد استعمال نہ کیا جائے''۔

کیا احادیث میں بتایا ہوا علاج ہر ایک کر سکتا ہے

احادیث مبارکہ میں بیان کردہ علاج بھی اپنی مرضی سے نہیں کرنے چاہئیں بے شک سرکار مدینہ (صلی اللہ علیہ وسلم) کے فرامین والا شان حق حق اور حق ہی ہیں مگر جو علاج نبیوں کے سرتاج صاحب معراج (صلی اللہ علیہ وسلم) نے تجویز فرمائے ہیں ہوسکتا ہے وہ خاص خاص موقعوں موسموں کی مناسبتوں اور مخصوص لوگوں کے مزاجوں اور طبیعتوں کے موافق ہوں جیسا کہ حضرت مفتی احمد یار علیہ الرحمۃ المنان اس حدیث پاک

"فِی الْحَبَّةِ السَّوْدَاءِ شِفَاءٌ مِنْ کُلِّ دَاءٍ اِلَّا السَّامَ"۔

یعنی کالا دانہ (کلونجی) میں موت کے سوا ہر بیماری سے شفاء ہے کیونکہ کلونجی گرم اور خشک ہوتی ہے لہٰذا مرطوب (یعنی تری والی) اور سردی کی بیماریوں میں مفید ہوگی آگے چل کر مزید فرماتے ہیں کہ یہاں مراد عرب کی عام بیماریاں ہیں (مرقاۃ) یعنی کلونجی عرب کی عام بیماریوں میں مفید ہے خیال رہے کہ احادیث شریفہ کی دوائیں کسی حاذق طبیب (یعنی ماہر طبیب) کی رائے سے استعمال کرنی چاہیئے (اہل عرب کی تجویز کردہ دوائیں) صرف (اپنی) رائے سے استعمال نہ کریں کہ ہمارے طبعی مزاج اہل عرب کے طبعی مزاج سے جداگانہ ہیں۔ (مراۃ ج۶ ص۲۱۶ ضیاء القرآن پبلی کیشنز مرکز الاولیاء لاہور)

غیرِ طبیب کو علاج میں ہاتھ ڈالنا حرام ہے

پیارے بھائیو! بعض لوگ حقیقی معنوں میں باقاعدہ ڈاکٹر یا حکیم نہ ہونے کے باوجود کلینک یا مطب کھول کر مریضوں کا علاج شروع کر دیتے ہیں ایسا کرنا قانوناً جرم ہونے کے ساتھ ساتھ شرعاً بھی ممنوع ہے نیز ایک فن کا ماہر دوسرے فن کے طریق علاج کے مطابق مریضوں پر تجربات نہ کرے مثلاً ایلوپیتھی یا ہومیوپیتھی یا بائیوکیمی والے ڈاکٹرز باقاعدہ سیکھے بغیر ایک دوسرے کے شعبے کی دواؤں سے اور یونانی طب (حکمت) کے مطابق علاج نہ فرمائیں اسی طرح جو جو حکیم صاحبان باقاعدہ ڈاکٹر نہیں ہیں وہ بھی جڑی بوٹیوں کے ساتھ ساتھ ڈاکٹری دوائیں مریضوں پر نہ آزمائیں میڈیکل اسٹور والے بھی اپنی اپنی سمجھ کے

مطابق مریضوں کو دوائیں نہ دیا کریں اور یوں بھی بغیر ڈاکٹر کی چٹھی کے دوا بیچنا قانوناً جرم ہے بعض لوگوں کی عادت ہوتی ہے کہ جہاں کسی مریض سے ملاقات ہوئی جھٹ کوئی نہ کوئی دوا یا نسخہ ارشاد فرما دیتے ہیں یاد رکھئے! جو ماہر طبیب نہ ہوں اس کو مریض کے علاج میں ہاتھ ڈالنا کار ثواب نہیں بلکہ حرام اور جہنم میں لے جانے والا کام ہے اگر کوئی ایسا غیر ماہر طبیب کلینک یا دواخانہ کھول کر مریضوں کا علاج کرنے بیٹھ گیا ہو تو فوراً یہ ناجائز کام بند کرنا فرض ہے اور توبہ کے تقاضے بھی پورے کرنے ہوں گے ہاں غیر طبیب نے مطب یا دواخانہ کھول رکھا ہے مگر خود علاج نہیں کرتا بلکہ ماہر طبیب بٹھا رکھے ہیں تو کوئی مضائقہ نہیں ہے۔

ماہر طبیب کی تعریف

میرے آقا و مولیٰ حضرت امام اہلسنّت مولانا شاہ امام احمد رضا خان علیہ رحمۃ الرحمٰن نے فتاوٰی رضویہ جلد 24 صفحہ نمبر 206 پر ایک سوال کے جواب میں جو کچھ ارشاد فرمایا اس کا بعض حصہ آسان لفظوں میں پیش کرنے کی کوشش کرتا ہوں چنانچہ فرماتے ہیں کہ "نااہل یعنی جو پورا طبیب نہ ہو تو اس کو علاج میں ہاتھ ڈالنا حرام ہے اور اس کا ترک فرض"۔ جس نے فن طب کے باقاعدہ اصول اور طور طریقے سیکھے اور کافی مدت کسی طبیب حاذق یعنی ماہر طبیب کے مطب (دواخانہ) میں رہ کر کام کیا اور تجربہ حاصل کیا ہوا کثر مریض اس کے ہاتھ سے شفا پاتے ہوں اگرچہ مریضوں کو کم حصہ شفا پانے میں ناکام بھی رہتا ہو بے علم ناتجربہ کار یعنی نیم حکیم جو کہ تشخیص یعنی مرض کی شناخت اور علاج میں جس طرح کی فاش غلطیاں یعنی بڑی بڑی خطائیں کیا کرتے ہیں اس طرح کی بھولیں نہ کرتا ہو وہ لائق طبیب ہے ایسے ماہر طبیب سے بعض اوقات تشخیص یعنی مرض کی شناخت یا علاج میں غلطی واقع ہو جائے تو اس کو نااہل نہیں کہا جائے گا کہ غلطی سے انبیاء علیہم الصلوٰۃ والسلام معصوم ہیں وبس۔ واللہ تعالیٰ اعلم۔

علم طب کی دلچسپ حکایت

حضرت علی بن حسین واقد (علیہ رحمۃ اللہ الواحد) سے ایک نصرانی (کرسچن) ڈاکٹر

نے کہا کہ ” تمہارے دین میں ” علم طب “ بالکل نہیں لہٰذا تمہارا دین ناقص ہے “۔ انہوں نے جواب دیا کہ ” ہمارے پیارے پیارے اللہ عزوجل نے سارے کا سارا علم طب قرآن کی اس آدھی آیت

كُلُوْا وَاشْرَبُوْا وَلَا تُسْرِفُوْا

ترجمہ کنزالایمان کھاؤ پیو اور حد سے نہ بڑھو۔ (پارہ ۸ سورۃ الاعراف ۳۱)

میں بیان فرما دیا ہے وہ ڈاکٹر بولا کہ تمہارے نبی نے بھی کیا کہیں علم طب کا تذکرہ کیا ہے؟ فرمایا طبیبوں کے طبیب اللہ کے حبیب حبیب لبیب عزوجل و (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے چند لفظوں میں سارا طب جمع فرما دیا ہے ارشاد فرمایا ہے کہ ” معدہ ساری بیماریوں کا گھر اور پرہیز سارے علاجوں کا سر ہے بدن کے ہر حصہ کو اس کا حق دو “۔ یہ سن کر نصرانی (کرسچن) ڈاکٹر حیران ہو کر کہنے لگا کہ واقعی تمہارے قرآن اور تمہارے رسول نے جالینوس (جو کہ دنیا کا بہت بڑا طبیب گزرا ہے) کے لئے طب کا کوئی مسئلہ چھوڑا ہی نہیں سب کچھ بیان کر دیا۔ (تفسیر نعیمی پارہ ۸ ص ۳۹۳)



باب اوّل

قرآن مجید کی آیتوں سے علاج



ہر بیماری سے شفاء کاملہ

کنز العمال میں ہے: حضرت ابن مسعود رضی اللہ عنہ سے روایت کرتے ہیں کہ انہوں نے بیماری میں مبتلا آدمی کے کان میں کچھ پڑھا تو اسے افاقہ ہو گیا۔ آقا دو جہاں ﷺ نے ارشاد فرمایا! تم نے اس کے کان میں کیا پڑھا؟ حضرت ابن مسعود رضی اللہ عنہ نے عرض کیا:

اَفَحَسِبْتُمْ اَنَّمَا خَلَقْنٰكُمْ عَبَثًا وَّاَنَّكُمْ اِلَيْنَا لَا تُرْجَعُوْنَ ﴿۱۱۵﴾ فَتَعٰلَى اللّٰهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ ۚ لَاۤ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ ۚ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيْمِ ﴿۱۱۶﴾ وَمَنْ يَّدْعُ مَعَ اللّٰهِ اِلٰهًا اٰخَرَ ۙ لَا بُرْهَانَ لَهٗ بِهٖ ۙ فَاِنَّمَا حِسَابُهٗ عِنْدَ رَبِّهٖ ؕ اِنَّهٗ لَا يُفْلِحُ الْكٰفِرُوْنَ ﴿۱۱۷﴾ وَقُلْ رَّبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ وَاَنْتَ خَيْرُ الرّٰحِمِيْنَ ﴿۱۱۸﴾ (پارہ ۱۸ سورۃ مومنون، آیت ۱۱۵ تا ۱۱۸) (کنز العمال، ج ۱ ص ۵۸۹)

آیات شفاء

وَيَشْفِ صُدُوْرَ قَوْمٍ مُّؤْمِنِيْنَ ﴿۱۴﴾ وَيُذْهِبْ غَيْظَ قُلُوْبِهِمْ (سورۃ التوبۃ آیت ۱۴، ۱۵)

يٰۤاَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَآءَتْكُمْ مَّوْعِظَةٌ مِّنْ رَّبِّكُمْ وَشِفَآءٌ لِّمَا فِي الصُّدُوْرِ ۙ وَهُدًى وَّرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِيْنَ ﴿۵۷﴾ (سورۃ یونس، آیت ۵۷)

يَخْرُجُ مِنْ بُطُوْنِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ اَلْوَانُهٗ فِيْهِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ (سورۃ النحل آیت ۶۹)

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْاٰنِ مَا هُوَ شِفَآءٌ وَّرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِيْنَ ۙ وَلَا يَزِيْدُ الظّٰلِمِيْنَ اِلَّا خَسَارًا ﴿۸۲﴾ (سورۃ الاسراء آیت ۸۲)

وَاِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِيْنِ ﴿۸۰﴾ (سورۃ الشعراء، آیت ۸۰، پارہ ۱۹)

قُلْ هُوَ لِلَّذِيْنَ اٰمَنُوْا هُدًى وَّشِفَآءٌ (سورۃ حم سجدہ، آیت ۴۴، پارہ ۲۴)

فضیلت

"مدارج النبوۃ" ابو القاسم قشیری رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ سے منقول ہے وہ فرماتے ہیں کہ ان کا بچہ بیمار ہو گیا اس کی بیماری اتنی سخت تھی کہ وہ قریب المرگ ہو گیا وہ بیان کرتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو خواب میں دیکھا اور حضور کی خدمت میں بچے کا حال عرض کیا

حضور ﷺ نے فرمایا! تم آیات شفاء سے کیوں دور رہتے ہو کیوں ان سے تمسک نہیں کرتے اور شفاء نہیں مانگتے۔ میں بیدار ہو گیا اور اس پر غور کرنے لگا تو میں نے ان آیات شفاء کو کتاب الٰہی میں چھ (٦) جگہ پایا۔

میں (ابو القاسم قشیری رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ) نے آیات شفاء کو لکھا اور پانی میں گھول کر بچے کو پلا دیا اور وہ بچہ اسی وقت شفاء پا گیا گویا کہ اس کے پاؤں سے گرہ کھول دی گئی ہو۔

(مدارج النبوۃ)

جو ان آیات شفاء کو زعفران سے لکھ کر مریض کو پلا دے، ان شاء اللہ شفاء کلی عطا ہوگی۔

حضور اکرم ﷺ کی زیارت کے لئے

إِنَّ اللَّهَ وَمَلٰٓئِكَتَهٗ يُصَلُّوْنَ عَلَى النَّبِيِّ ؕ يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا صَلُّوْا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوْا تَسْلِيْمًا ﴿٥٦﴾

پارہ ٢٢ سورۂ احزاب، آیت ٥٦ کو رات سوتے وقت ١٠١ مرتبہ اور ٣١٣ مرتبہ درود شریف پڑھے۔ جب تک زیارت سے مشرف نہ ہو جاری رکھے۔

جنت الفردوس میں لے جانے والے اعمال پر استقامت کے لئے

قَدْ اَفْلَحَ الْمُؤْمِنُوْنَ ۙ﴿۱﴾ الَّذِيْنَ هُمْ فِيْ صَلَاتِهِمْ خٰشِعُوْنَ ۙ﴿۲﴾ وَالَّذِيْنَ هُمْ عَنِ اللَّغْوِ مُعْرِضُوْنَ ۙ﴿۳﴾ وَالَّذِيْنَ هُمْ لِلزَّكٰوةِ فٰعِلُوْنَ ۙ﴿۴﴾ وَالَّذِيْنَ هُمْ لِفُرُوْجِهِمْ حٰفِظُوْنَ ۙ﴿۵﴾ اِلَّا عَلٰٓى اَزْوَاجِهِمْ اَوْ مَا

مامت نصیب ہوگی۔

پابندیٔ نماز کے لئے

وَاَقِمِ الصَّلٰوةَ طَرَفَيِ النَّهَارِ وَزُلَفًا مِّنَ الَّيْلِ ؕ اِنَّ الْحَسَنٰتِ يُذْهِبْنَ السَّيِّاٰتِ ؕ ذٰلِكَ ذِكْرٰى لِلذّٰكِرِيْنَ ۚ﴿۱۱۴﴾ وَاصْبِرْ فَاِنَّ اللّٰهَ لَا يُضِيْعُ اَجْرَ الْمُحْسِنِيْنَ ﴿۱۱۵﴾

پارہ ١٢ سورۂ ھود، آیت ١١٤، ١١٥ کو ہر نماز کے بعد تین مرتبہ پڑھ کر اپنے اوپر دم کریں اور پانی پر دم کر کے پی لیں۔

استخارہ کے لئے

وَاَسِرُّوْا قَوْلَكُمْ اَوِ اجْهَرُوْا بِهٖ ؕ اِنَّهٗ عَلِيْمٌۢ بِذَاتِ الصُّدُوْرِ ۝١٣ اَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ ؕ وَهُوَ اللَّطِيْفُ الْخَبِيْرُ ۝١٤

عشاء کی نماز کے بعد سوتے وقت دو رکعت نفل استخارہ کی نیت سے پڑھیں، سلام کے بعد (پارہ ۲۹ سورۂ ملک، آیت ۱۳، ۱۴) کو ۱۰۱ مرتبہ پڑھیں اور بغیر کلام کے سو جائیں۔

زوجین میں محبت کا روحانی علاج

وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَّتَّخِذُ مِنْ دُوْنِ اللّٰهِ اَنْدَادًا يُّحِبُّوْنَهُمْ كَحُبِّ اللّٰهِ ؕ وَالَّذِيْنَ اٰمَنُوْۤا اَشَدُّ حُبًّا لِّلّٰهِ ؕ وَلَوْ يَرَى الَّذِيْنَ ظَلَمُوْۤا اِذْ يَرَوْنَ الْعَذَابَ ۙ اَنَّ الْقُوَّةَ لِلّٰهِ جَمِيْعًا ۙ وَّ اَنَّ اللّٰهَ شَدِيْدُ الْعَذَابِ ۝١٦٥

پارہ ۲ سورۂ بقرۃ، آیت ۱۶۵ کو زوجین میں سے کوئی بھی ناراض ہو تو شیرنی پر دم کر کے کھلا دیں، ان شاء اللہ مہربان ہو جائے گا، مگر اس آیت کو ناجائز کاموں میں استعمال نہ کریں۔

جو آزمائش میں مبتلا ہو

سَلٰمٌ عَلَيْكُمْ بِمَا صَبَرْتُمْ فَنِعْمَ عُقْبَى الدَّارِ ۝٢٤

پارہ ۱۳ سورۂ رعد، آیت ۲۴ کو ہر نماز کے بعد تین تین مرتبہ پڑھ لے، ان شاء اللہ آسانی اور نجات نصیب ہوگی، اور دین و دنیا کی کامیابی نصیب ہوگی۔

پریشانی میں مبتلا ہو تو

اِلَّا رَحْمَةً مِّنْ رَّبِّكَ ؕ اِنَّ فَضْلَهٗ كَانَ عَلَيْكَ كَبِيْرًا ۝٨٧

پارہ ۱۵ سورۂ بنی اسرائیل، آیت ۸۷ کو ہر نماز کے بعد گیارہ مرتبہ پڑھیں اور صدقِ دل سے دعا کریں۔

گھریلو لڑائی، جھگڑے، ناچاقی کا علاج

وَنَزَعْنَا مَا فِيْ صُدُوْرِهِمْ مِّنْ غِلٍّ اِخْوَانًا عَلٰى سُرُرٍ مُّتَقٰبِلِيْنَ ۝٤٧

پارہ ۱۴ سورۂ حجر، آیت ۴۷ کو ہر نماز کے بعد گیارہ ۱۱ مرتبہ پڑھ کر تصور میں سب جھگڑنے والوں پر دم کر دیں۔

پھیپھڑوں کے امراض کا علاج

اَلرَّحْمٰنُ ۝۱ عَلَّمَ الْقُرْاٰنَ ۝۲ خَلَقَ الْاِنْسَانَ ۝۳ عَلَّمَهُ الْبَيَانَ ۝۴ اَلشَّمْسُ وَ الْقَمَرُ
بِحُسْبَانٍ ۝۵ وَّالنَّجْمُ وَالشَّجَرُ يَسْجُدٰنِ ۝۶ وَالسَّمَآءَ رَفَعَهَا وَوَضَعَ الْمِيْزَانَ ۝۷ اَلَّا
تَطْغَوْا فِي الْمِيْزَانِ ۝۸ وَاَقِيْمُوا الْوَزْنَ بِالْقِسْطِ وَلَا تُخْسِرُوا الْمِيْزَانَ ۝۹ وَالْاَرْضَ
وَضَعَهَا لِلْاَنَامِ ۝۱۰ فِيْهَا فَاكِهَةٌ وَّالنَّخْلُ ذَاتُ الْاَكْمَامِ ۝۱۱ وَالْحَبُّ ذُو الْعَصْفِ وَ
الرَّيْحَانُ ۝۱۲ فَبِاَيِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ۝۱۳ خَلَقَ الْاِنْسَانَ مِنْ صَلْصَالٍ كَالْفَخَّارِ ۝۱۴ وَ
خَلَقَ الْجَآنَّ مِنْ مَّارِجٍ مِّنْ نَّارٍ ۝۱۵ فَبِاَيِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ۝۱۶ رَبُّ الْمَشْرِقَيْنِ
وَرَبُّ الْمَغْرِبَيْنِ ۝۱۷ فَبِاَيِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ۝۱۸ مَرَجَ الْبَحْرَيْنِ يَلْتَقِيٰنِ ۝۱۹

پارہ ۲۷ سورۃ الرحمٰن، کی اوّل تا انیس ۱۹ آیات کو پھیپھڑوں میں درد ہو یا پانی بھر گیا ہو تو اوّل و آخر تین تین مرتبہ درود شریف اور گیارہ مرتبہ ان آیات کو پڑھ کر دم کر کے اکتالیس دن تک مسلسل مریض کو پلایا جائے، ان شاء اللہ شفا ہو گی۔

پھیپھڑوں کے جملہ امراض کا دوسرا وظیفہ

يٰسٓ ۝۱ وَالْقُرْاٰنِ الْحَكِيْمِ ۝۲ اِنَّكَ لَمِنَ الْمُرْسَلِيْنَ ۝۳ عَلٰى صِرَاطٍ مُّسْتَقِيْمٍ ۝۴ تَنْزِيْلَ
الْعَزِيْزِ الرَّحِيْمِ ۝۵ لِتُنْذِرَ قَوْمًا مَّآ اُنْذِرَ اٰبَآؤُهُمْ فَهُمْ غٰفِلُوْنَ ۝۶ لَقَدْ حَقَّ الْقَوْلُ عَلٰى
اَكْثَرِهِمْ فَهُمْ لَا يُؤْمِنُوْنَ ۝۷ اِنَّا جَعَلْنَا فِيْۤ اَعْنَاقِهِمْ اَغْلٰلًا فَهِيَ اِلَى الْاَذْقَانِ فَهُمْ
مُّقْمَحُوْنَ ۝۸ وَجَعَلْنَا مِنْۢ بَيْنِ اَيْدِيْهِمْ سَدًّا وَّمِنْ خَلْفِهِمْ سَدًّا فَاَغْشَيْنٰهُمْ فَهُمْ لَا
يُبْصِرُوْنَ ۝۹ وَسَوَآءٌ عَلَيْهِمْ ءَاَنْذَرْتَهُمْ اَمْ لَمْ تُنْذِرْهُمْ لَا يُؤْمِنُوْنَ ۝۱۰ اِنَّمَا تُنْذِرُ مَنِ
اتَّبَعَ الذِّكْرَ وَخَشِيَ الرَّحْمٰنَ بِالْغَيْبِ ۚ فَبَشِّرْهُ بِمَغْفِرَةٍ وَّاَجْرٍ كَرِيْمٍ ۝۱۱ اِنَّا نَحْنُ نُحْيِ
الْمَوْتٰى وَنَكْتُبُ مَا قَدَّمُوْا وَاٰثَارَهُمْ ۚ وَكُلَّ شَيْءٍ اَحْصَيْنٰهُ فِيْۤ اِمَامٍ مُّبِيْنٍ ۝۱۲

پارہ ۲۲ سورۂ یٰسٓ کی ابتدائی بارہ آیتوں کو پانی پر دم کر کے پلائیں، ان شاء اللہ شفاء ہوگی۔

گردے اور پتے کی پتھری کیلئے

وَاِنَّ مِنَ الْحِجَارَةِ لَمَا يَتَفَجَّرُ مِنْهُ الْاَنْهٰرُ ؕ وَاِنَّ مِنْهَا لَمَا يَشَّقَّقُ فَيَخْرُجُ مِنْهُ الْمَآءُ ؕ وَاِنَّ مِنْهَا لَمَا يَهْبِطُ مِنْ خَشْيَةِ اللّٰهِ ؕ وَمَا اللّٰهُ بِغَافِلٍ عَمَّا تَعْمَلُوْنَ ﴿۷۴﴾

پارہ اوّل سورۂ بقرہ کی آیت ۷۴ گردے اور پتے کی پتھری دور کرنے کے لئے ۱۴ بار پڑھ کر پانی پر دم کر کے اس وقت تک پلائیں جب تک کہ مسئلہ حل نہ ہو جائے۔

جب دشمن یا موذی جانور سے خوف ہو

صُمٌّۢ بُكْمٌ عُمْیٌ فَهُمْ لَا یَرْجِعُوْنَ ﴿۱۸﴾

پارہ اوّل سورۂ بقرہ کی آیت ۱۸ کو دشمن سے خوف یا کسی بھی موذی جانور سے خطرہ محسوس ہو تو ۷ دفعہ پڑھ کر اس پر پھونکیں۔

جب دشمن سے خوف ہو

قُلْ لَّنْ یُّصِیْبَنَاۤ اِلَّا مَا كَتَبَ اللّٰهُ لَنَا ۚ هُوَ مَوْلٰىنَا ۚ وَعَلَى اللّٰهِ فَلْیَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُوْنَ ﴿۵۱﴾

پارہ ۱۰ سورۂ توبہ، آیت ۵۱ کو ہر نماز کے بعد سات مرتبہ پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیں۔

دشمن سے خوف کا دوسرا وظیفہ

اِنَّ اللّٰهَ یُدٰفِعُ عَنِ الَّذِیْنَ اٰمَنُوْا ؕ اِنَّ اللّٰهَ لَا یُحِبُّ كُلَّ خَوَّانٍ كَفُوْرٍ ﴿۳۸﴾

پارہ ۱۷ سورۂ حج، آیت ۳۸ کو روزانہ گیارہ ۱۱ مرتبہ صبح وشام پڑھیں۔

نعمت کے حصول کے لئے

قُلْ اِنَّ الْفَضْلَ بِیَدِ اللّٰهِ ۚ یُؤْتِیْهِ مَنْ یَّشَآءُ ؕ وَاللّٰهُ وَاسِعٌ عَلِیْمٌ ﴿۷۳﴾ یَّخْتَصُّ بِرَحْمَتِهٖ مَنْ یَّشَآءُ ؕ وَاللّٰهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِیْمِ ﴿۷۴﴾

پارہ ۳ سورہ آل عمران، آیت ۷۳، ۷۴ کو صبح وشام سات سات مرتبہ پڑھ لیں۔

دنیا وآخرت کی نعمتیں پانے کے لئے

مَثَلُ الْجَنَّةِ الَّتِیْ وُعِدَ الْمُتَّقُوْنَ ؕ فِیْهَاۤ اَنْهٰرٌ مِّنْ مَّآءٍ غَیْرِ اٰسِنٍ ۚ وَ اَنْهٰرٌ مِّنْ لَّبَنٍ لَّمْ یَتَغَیَّرْ طَعْمُهٗ ۚ وَ اَنْهٰرٌ مِّنْ خَمْرٍ لَّذَّةٍ لِّلشّٰرِبِیْنَ ۚ۬ وَ اَنْهٰرٌ مِّنْ عَسَلٍ مُّصَفًّى ؕ وَ لَهُمْ فِیْهَا مِنْ كُلِّ الثَّمَرٰتِ وَ مَغْفِرَةٌ مِّنْ رَّبِّهِمْ

پارہ ۲۶ سورہ محمد، آیت ۱۵ کو دونوں جہاں کی نعمتیں پانے کے لئے فجر اور عشاء کی نماز کے بعد تین تین مرتبہ پڑھیں۔

ہدایت کے لئے

اُولٰٓىٕكَ عَلٰى هُدًى مِّنْ رَّبِّهِمْ ۗ وَ اُولٰٓىٕكَ هُمُ الْمُفْلِحُوْنَ ﴿۵﴾

پارہ اوّل سورۂ بقرہ کی آیت ۵ کو بھٹکے ہوئے کو سیدھے راستے پر لانے کے لئے ۱۰۱ مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے مطلوبہ شخص کو ۱۴ دن تک پلائیں۔

بھٹکے ہوئے کو راہِ راست پر لانے کے لئے

وَ اَهْدِیَكَ اِلٰى رَبِّكَ فَتَخْشٰى ﴿۱۹﴾

پارہ ۳۰ سورۂ نٰزعٰت، آیت ۱۹ کو روزانہ ۱۰۱ مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے مریض کو پلائیں۔

ہر بیماری سے شفایابی کے لئے

وَ اِنْ یَّمْسَسْكَ اللّٰهُ بِضُرٍّ فَلَا كَاشِفَ لَهٗۤ اِلَّا هُوَ ؕ وَ اِنْ یَّمْسَسْكَ بِخَیْرٍ فَهُوَ عَلٰى كُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ ﴿۱۷﴾

پارہ ۷ سورۂ انعام کی آیت ۱۷ کو ہر قسم کی بیماری سے شفایابی کے لئے ۷ مرتبہ پڑھ کر مطلوبہ جگہ پر دم کریں اور پانی پر دم کر کے مریض کو پلا دیں۔ مدت تا حصول شفاء

جو چاہے کہ وہ تندرست رہے تو

فَاَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّیْنِ حَنِیْفًا ؕ فِطْرَتَ اللّٰهِ الَّتِیْ فَطَرَ النَّاسَ عَلَیْهَا ؕ لَا تَبْدِیْلَ لِخَلْقِ اللّٰهِ ؕ

ذٰلِكَ الدِّيْنُ الْقَيِّمُ ۙ وَلٰكِنَّ اَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُوْنَ ﴿۳۰﴾

پارہ ۲۱ سورۂ روم، آیت ۳۰ کو ہر نماز کے بعد تین مرتبہ پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیں

بیمار اور کمزور افراد کے لئے

وَكَذٰلِكَ مَكَّنَّا لِيُوْسُفَ فِي الْاَرْضِ ۚ يَتَبَوَّاُ مِنْهَا حَيْثُ يَشَآءُ ۭ نُصِيْبُ بِرَحْمَتِنَا مَنْ نَّشَآءُ وَلَا نُضِيْعُ اَجْرَ الْمُحْسِنِيْنَ ﴿۵۶﴾

پارہ ۱۳ سورۂ یوسف، آیت ۵۶ کو ۲۱ دن تک ۴۱ مرتبہ پڑھ کر پانی اور بادام پر دم کر کے نہار منہ بادام کھلائیں اور پانی ہر وقت پلائیں۔ بیمار یا کمزور افراد جیسے بعض بچے سوکھتے چلے جاتے ہیں ان کے لئے فائدہ مند ہے۔

روزی و روزگار میں برکت کے لئے

اللّٰهُمَّ رَبَّنَآ اَنْزِلْ عَلَيْنَا مَآئِدَةً مِّنَ السَّمَآءِ تَكُوْنُ لَنَا عِيْدًا لِّاَوَّلِنَا وَاٰخِرِنَا وَاٰيَةً مِّنْكَ ۚ وَارْزُقْنَا وَاَنْتَ خَيْرُ الرّٰزِقِيْنَ ﴿۱۱۴﴾

پارہ ۷ سورۂ مائدہ کی آیت ۱۱۴ کو روزی میں برکت کے لئے اور فقر و فاقہ کو دور کرنے کے لئے ۷ مرتبہ پڑھ کر اس کے وسیلہ سے دعاء مانگیں۔

رزق کی ترقی کے لئے

پارہ ۲۹ سورۂ مزمل کو ایک مجلس میں ۴۱ اکتالیس مرتبہ پڑھنے سے مقصد میں آسانی اور رزق میں فراوانی ہوگی۔

کشادگی رزق کے لئے

اَللّٰهُ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَّشَآءُ مِنْ عِبَادِهٖ وَيَقْدِرُ لَهٗ ۭ اِنَّ اللّٰهَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيْمٌ ﴿۶۲﴾

پارہ ۲۱ سورۂ عنکبوت، آیت ۶۲ کو فجر کی نماز کے بعد گیارہ مرتبہ پڑھیں۔

کشادگی رزق کا دوسرا وظیفہ

هُوَ الَّذِيْٓ اَنْشَاَكُمْ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْاَبْصَارَ وَالْاَفْـِٕدَةَ ۭ قَلِيْلًا مَّا تَشْكُرُوْنَ ﴿۲۳﴾

پارہ ۲۹ سورۂ ملک، آیت ۲۳ کو ہر نماز کے بعد تین مرتبہ پڑھیں۔

کاروبار میں ترقی کے لئے

لِلّٰهِ مَا فِي السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ ؕ اِنَّ اللّٰهَ هُوَ الْغَنِيُّ الْحَمِيْدُ ﴿۲۶﴾

پارہ ۲۱ سورۂ لقمان، آیت ۲۶ کو ہر نماز کے بعد ۱۴۱ مرتبہ پڑھیں۔

گھر، کاروبار میں وسعت کے لئے

وَهُزِّيْٓ اِلَيْكِ بِجِذْعِ النَّخْلَةِ تُسٰقِطْ عَلَيْكِ رُطَبًا جَنِيًّا ﴿۲۵﴾ فَكُلِيْ وَاشْرَبِيْ وَقَرِّيْ عَيْنًا

پارہ ۱۶ سورۂ مریم، آیت ۲۵ اور ۲۶ کو ۳۱۳ مرتبہ گیارہ ۱۱ دن تک مسلسل پڑھیں۔

رشتہ، کاروبار اور ہر قسم کی پریشانی دور کرنے کے لئے

فَاِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿۵﴾ اِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿۶﴾

پارہ ۳۰ سورۂ انشراح، آیت ۵، ۶ کو ہر نماز کے بعد ۱۲۱ اکیس مرتبہ پڑھیں۔

گھبراہٹ دور کرنے کے لئے

اَلَّذِيْنَ اٰمَنُوْا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوْبُهُمْ بِذِكْرِ اللّٰهِ ؕ اَلَا بِذِكْرِ اللّٰهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوْبُ ﴿۲۸﴾

پارہ ۱۳ سورۂ الرعد کی آیت ۲۸ کو ہر قسم کی گھبراہٹ اور دل کی بیماری دور کرنے کے لئے ۱۴۰ مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے مریض کو پلا دیں۔ مدت تا حصول شفاء

دل کے مریض کے لئے

سورۂ یٰس، کو دل کی تکلیف، گھبراہٹ، کمزوری کے لئے فجر یا عشاء کی نماز کے بعد پڑھ کر پانی پر دم کر کے مریض کو پلا دیں۔ شفایابی نصیب ہوگی۔ کیونکہ حدیث شریف میں ہے کہ سورۂ یٰس قرآن کا دل ہے۔

حفاظتِ حمل سے تحفظ

اَللّٰهُ يَعْلَمُ مَا تَحْمِلُ كُلُّ اُنْثٰى وَمَا تَغِيْضُ الْاَرْحَامُ وَمَا تَزْدَادُ ؕ وَكُلُّ شَيْءٍ عِنْدَهٗ

پیشقدامیا ⑨

پارہ ۱۳، سورۂ رعد، آیت ۸ کو ابتداء حمل سے لے کر وضع حمل تک روزانہ کسی بھی نماز کے بعد اکیس ۲۱ مرتبہ پڑھ کر اپنے اوپر دم کریں اور پانی پر دم کر کے پی لیں۔

وضع حمل (بچہ کی ولادت) میں آسانی کے لئے

حضرت امام جلال الدین سیوطی رحمۃ اللہ علیہ "کتاب الاتقان" میں حضرت محدث ابن سنی رحمۃ اللہ علیہ سے روایت نقل فرماتے ہیں کہ جب حضرت فاطمۃ الزہراء رضی اللہ عنہا کو وضع حمل کا وقت قریب ہوتا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم (پارہ ۸ سورۂ اعراف کی آیت ۵۴)

اِنَّ رَبَّكُمُ اللّٰهُ الَّذِیْ خَلَقَ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضَ فِیْ سِتَّةِ اَیَّامٍ ثُمَّ اسْتَوٰی عَلَی الْعَرْشِ یُغْشِی الَّیْلَ النَّهَارَ یَطْلُبُهٗ حَثِیْثًا وَّالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ وَالنُّجُوْمَ مُسَخَّرٰتٍۭ بِاَمْرِهٖ اَلَا لَهُ الْخَلْقُ وَالْاَمْرُ تَبٰرَكَ اللّٰهُ رَبُّ الْعٰلَمِیْنَ ﴿۵۴﴾

اور معوذتین (یعنی سورۃ الفلق اور سورۃ الناس) لکھ کر عنایت فرمادیا کرتے تھے۔ جس سے وضع حمل میں آسانی ہوجایا کرتی تھی۔

وضع حمل (بچہ کی ولادت) میں آسانی کا دوسرا عمل

حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہما فرماتے ہیں: جب عورت کو بچہ کی ولادت میں مشکل ہوتو وہ ان دو آیتوں اور دو کلموں کو کاغذ پر لکھے، پھر غسل کرے اور اسے پانی میں گھول کر پی لے۔

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ الْعَظِیْمُ الْحَلِیْمُ الْكَرِیْمُ سُبْحَانَ اللّٰهِ رَبِّ السَّمٰوَاتِ وَرَبِّ الْاَرْضِ وَرَبِّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ ○ كَاَنَّهُمْ یَوْمَ یَرَوْنَ مَا یُوْعَدُوْنَ لَمْ یَلْبَثُوْا اِلَّا سَاعَةً مِّنْ نَّهَارٍ بَلَاغٌ فَهَلْ یُهْلَكُ اِلَّا الْقَوْمُ الْفَاسِقُوْنَ ○ كَاَنَّهُمْ یَوْمَ یَرَوْنَهَا لَمْ یَلْبَثُوْا اِلَّا عَشِیَّةً اَوْ ضُحَاهَا ○ (ج ۳ ص ۲۹۰ طبع مکتبہ غوثیہ، کراچی)

وضع حمل (زچگی) میں آسانی کے لئے

سورۂ یٰس کو پڑھ کر پانی پر دم کر کے پلانے سے وضع حمل میں آسانی ہوتی ہے۔

مقدمہ میں کامیابی کے لئے

وَقُلْ جَآءَ الْحَقُّ وَزَهَقَ الْبَاطِلُ ؕ اِنَّ الْبَاطِلَ كَانَ زَهُوْقًا ﴿۸۱﴾

پارہ ۱۵ سورۂ بنی اسرائیل کی آیت ۸۱ کو ۱۳۱۳ مرتبہ پڑھ کر دعاء کریں تو ان شاء اللہ کامیابی ہوگی۔ لیکن خبردار! ناحق اور ناجائز مقدمہ کے لئے ہرگز نہ پڑھیں مصیبت و بلا میں گرفتار ہوسکتے ہیں۔

جو بے قصور مقدمہ یا مکر وفریب کے جال میں پھنس گیا ہو

فَاسْتَجَابَ لَهٗ رَبُّهٗ فَصَرَفَ عَنْهُ كَيْدَهُنَّ ؕ اِنَّهٗ هُوَ السَّمِيْعُ الْعَلِيْمُ ﴿۳۴﴾

پارہ ۱۲ سورۂ یوسف، آیت ۳۴ کو ہر نماز کے بعد اکیس ۲۱ مرتبہ پڑھے اور گڑگڑا کر دعاء کرے۔

بلڈ پریشر کے مریض کے لئے

وَالْكٰظِمِيْنَ الْغَيْظَ وَالْعَافِيْنَ عَنِ النَّاسِ ؕ وَاللّٰهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِيْنَ ﴿۱۳۴﴾

پارہ ۴ سورۂ آل عمران، آیت ۱۳۴ کو ۱۰۱ مرتبہ روزانہ پڑھ کر پانی پر دم کرکے پلادیں۔

غصہ ختم کرنے کے لئے

وَالْكٰظِمِيْنَ الْغَيْظَ وَالْعَافِيْنَ عَنِ النَّاسِ ؕ وَاللّٰهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِيْنَ ﴿۱۳۴﴾

پارہ ۴ سورۂ آل عمران کی آیت ۱۳۴ کو غصہ ختم کرنے کے لئے ۱۰۱ مرتبہ پڑھ کر چینی پر دم کرکے ۲۱ دن تک کھلائیں یا پلائیں۔

رشتہ کے لئے

اَمَّنْ يُّجِيْبُ الْمُضْطَرَّ اِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوْٓءَ

پارہ ۲۰ سورۂ نمل کی آیت ۶۲ کو بہترین رشتہ تلاش کرنے کے لئے ہر نماز کے بعد ۴۱ مرتبہ پڑھ کر دعاء کریں۔ والدین اپنی اولاد کے لئے بھی کرسکتے ہیں۔

رشتہ کی رکاوٹ دور کرنے کے لئے

وَهُوَ الَّذِي خَلَقَ مِنَ الْمَآءِ بَشَرًا فَجَعَلَهُ نَسَبًا وَّصِهْرًا ۗ وَكَانَ رَبُّكَ قَدِيرًا ﴿٥٤﴾

پارہ ۱۹ سورۂ فرقان، آیت ۵۴ کو ۲۱ دن تک ۳۱۳ مرتبہ پڑھیں، اور خصوصی دعاء کریں۔ ان شاء اللہ عزوجل بہترین رشتہ نصیب ہوگا۔

جس کا رشتہ نہ آتا ہو

سورۂ رحمٰن کو روزانہ تین مرتبہ پڑھ کر دعاء کریں، ان شاء اللہ بہت جلد مراد پوری ہوگی۔ کیونکہ حضور اکرم ﷺ نے سورۂ رحمٰن کو قرآن پاک کی دلہن فرمایا ہے۔

حضرت علی رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں میں نے نبی کریم ﷺ کو فرماتے سنا:

لِكُلِّ شَيْءٍ عُرُوسٌ وَ عُرُوسُ الْقُرآنِ الرَّحْمٰنُ

ہر شئے کے لئے دلہن ہے اور قرآن پاک کی دلہن سورۂ رحمٰن ہے۔

(شعب الایمان، ج ۲ ص ۴۸۹)

ذاتی مکان یا بہترین روزی وروزگار کے لئے

وَلَقَدْ مَكَّنّٰكُمْ فِي الْأَرْضِ وَجَعَلْنَا لَكُمْ فِيهَا مَعَايِشَ ۗ قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ ﴿١٠﴾

پارہ ۸ سورۂ اعراف کی آیت ۱۰ کو ہر نماز کے بعد ۱۵۱ مرتبہ پڑھیں اور اس کے وسیلہ سے دعاء کریں۔ جب تک مسئلہ حل نہ ہو ورد جاری رکھیں۔ ان شاء اللہ بہت جلد کرم ہوجائے گا۔

لوگوں کی نگاہ میں باعزت بننے کے لئے

فَسُبْحٰنَ الَّذِي بِيَدِهٖ مَلَكُوتُ كُلِّ شَيْءٍ وَّإِلَيْهِ تُرْجَعُونَ ﴿٨٣﴾

پارہ ۲۳ سورۂ یاسین کی آیت ۸۳ کو ہر نماز کے بعد ۱۱ مرتبہ پڑھ کر اپنے اوپر دم کرے اور دعا کرے۔

جب عزت پر آنچ آئے

وَيُحِقُّ اللّٰهُ الْحَقَّ بِكَلِمٰتِهٖ وَلَوْ كَرِهَ الْمُجْرِمُوْنَ ﴿۸۲﴾

پارہ ۱۱ سورۂ یونس، آیت ۸۲ کو اٹھتے، بیٹھتے، چلتے پھرتے کثرت سے ورد کریں۔

تہمت وبدنامی، بے عزتی سے بچنے کے لئے

وَلَا يَحْزُنْكَ قَوْلُهُمْ ۘ اِنَّ الْعِزَّةَ لِلّٰهِ جَمِيْعًا ؕ هُوَ السَّمِيْعُ الْعَلِيْمُ ﴿۶۵﴾

پارہ ۱۱ سورۂ یونس، آیت ۶۵ کو صبح وشام ۴۱ مرتبہ پڑھ کر اپنے اوپر دم کرلیں۔

اولاد نرینہ کے حصول کے لئے

وَّيُمْدِدْكُمْ بِاَمْوَالٍ وَّبَنِيْنَ وَيَجْعَلْ لَّكُمْ جَنّٰتٍ وَّيَجْعَلْ لَّكُمْ اَنْهٰرًا ﴿۱۲﴾

پارہ ۲۹ سورۂ نوح کی آیت ۱۲ کو حمل ٹھہرتے ہی ۹ مہینے تک ہر نماز کے بعد ۱۱ مرتبہ پڑھ کر اپنے اوپر دم کرے اور پانی پر دم کر کے پی لیں۔

اولاد کا حصول

رَبِّ لَا تَذَرْنِيْ فَرْدًا وَّاَنْتَ خَيْرُ الْوٰرِثِيْنَ ﴿۸۹﴾

پارہ ۱۷ سورۃ انبیاء، آیت ۸۹ کو ہر نماز کے بعد تین مرتبہ پڑھیں، ان شاء اللہ صاحب اولاد ہو جائے گا۔

اولاد کے حصول کی دوسری دعاء

لِلّٰهِ مُلْكُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ ؕ يَخْلُقُ مَا يَشَآءُ ؕ يَهَبُ لِمَنْ يَّشَآءُ اِنَاثًا وَّيَهَبُ لِمَنْ يَّشَآءُ الذُّكُوْرَ ﴿۴۹﴾

پارہ ۲۵ سورۂ شوریٰ، آیت ۴۹ کو فجر کی نماز کے بعد ۳۳ مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے زوجین پئیں۔

طلب اولاد کے لئے

وَلِلّٰهِ مُلْكُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَا ؕ يَخْلُقُ مَا يَشَآءُ ؕ وَاللّٰهُ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ

قَدِيْرٌ ﴿۱۴﴾

پارہ ۶ سورۂ مائدہ، آیت ۱۷ کو روزانہ ۴۱ دن تک ۳۰۰ مرتبہ پڑھ کر کسی میٹھی چیز پر دم کر کے زوجین مل کر کھائیں۔

اولاد نرینہ کے لئے

اِنَّآ اَعْطَيْنٰكَ الْكَوْثَرَ ﴿۱﴾ فَصَلِّ لِرَبِّكَ وَانْحَرْ ﴿۲﴾ اِنَّ شَانِئَكَ هُوَ الْاَبْتَرُ ﴿۳﴾

پارہ ۳۰ سورۂ کوثر کو روزانہ ۱۰۱ مرتبہ پڑھیں، تا حصول خوشخبری جاری رکھیں۔

اولاد سے محروم شخص کے لئے

الَّذِیْۤ اَحْسَنَ كُلَّ شَیْءٍ خَلَقَهٗ وَ بَدَاَ خَلْقَ الْاِنْسَانِ مِنْ طِیْنٍ ﴿۷﴾ ثُمَّ جَعَلَ نَسْلَهٗ مِنْ سُلٰلَةٍ مِّنْ مَّآءٍ مَّهِیْنٍ ﴿۸﴾ ثُمَّ سَوّٰىهُ وَ نَفَخَ فِیْهِ مِنْ رُّوْحِهٖ وَ جَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَ الْاَبْصَارَ وَ الْاَفْـِٕدَةَ ؕ قَلِیْلًا مَّا تَشْكُرُوْنَ ﴿۹﴾

پارہ ۲۱ سورۂ سجدہ، آیت ۷ تا ۹ کو روزانہ ۱۳ مرتبہ پڑھیں۔ جلد مراد پوری ہوگی

اولاد زندہ نہ رہتی ہو

وَ نَجَّیْنٰهُ وَ اَهْلَهٗ مِنَ الْكَرْبِ الْعَظِیْمِ ﴿۷۶﴾

پارہ ۲۳ سورۂ صفت، آیت ۷۶ کو روزانہ صبح و شام تین تین مرتبہ پڑھیں۔

تنگی رزق دور کرنے کے لئے

وَّ یُمْدِدْكُمْ بِاَمْوَالٍ وَّ بَنِیْنَ وَ یَجْعَلْ لَّكُمْ جَنّٰتٍ وَّ یَجْعَلْ لَّكُمْ اَنْهٰرًا ﴿۱۲﴾

پارہ ۲۹ سورۂ نوح کی آیت ۱۲ کو ہر نماز کے بعد سات مرتبہ پڑھ کر اس کے وسیلہ سے دعاء کریں۔

زوجین میں باہم محبت کے لئے

وَ مِنْ اٰیٰتِهٖۤ اَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِّنْ اَنْفُسِكُمْ اَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوْۤا اِلَیْهَا وَ جَعَلَ بَیْنَكُمْ مَّوَدَّةً وَّ رَحْمَةً ؕ اِنَّ فِیْ ذٰلِكَ لَاٰیٰتٍ لِّقَوْمٍ یَّتَفَكَّرُوْنَ ﴿۲۱﴾

پارہ ۲۱ سورۂ رُوم کی آیت ۲۱ کو ۹۹ مرتبہ پڑھ کر کسی میٹھی چیز مثلاً چینی یا مٹھائی وغیرہ پر دم کر کے تا حصول محبت کھاتے پیتے رہیں۔

جادو کے خاتمہ کے لئے

قُلْنَا لَا تَخَفْ اِنَّكَ اَنْتَ الْاَعْلٰى ﴿۶۸﴾ وَ اَلْقِ مَا فِیْ یَمِیْنِكَ تَلْقَفْ مَا صَنَعُوْا ؕ اِنَّمَا صَنَعُوْا كَیْدُ سٰحِرٍ ؕ وَ لَا یُفْلِحُ السّٰحِرُ حَیْثُ اَتٰى ﴿۶۹﴾

پارہ ۱۶ سورۂ طٰہٰ آیت ۶۸، ۶۹ کو ہر نماز کے بعد ۱۰۰ مرتبہ پڑھ کر ۱۱ دن تک اپنے اوپر دم کریں۔

شوہر یا بیوی کو راہِ راست پر لانے کے لئے

قُلْ لَّا یَسْتَوِی الْخَبِیْثُ وَ الطَّیِّبُ وَ لَوْ اَعْجَبَكَ كَثْرَةُ الْخَبِیْثِ ۚ فَاتَّقُوا اللّٰهَ یٰۤاُولِی الْاَلْبَابِ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُوْنَ ﴿۱۰۰﴾

پارہ ۷ سورۂ مائدہ آیت ۱۰۰ کو ۱۴ مرتبہ ۱۱ دن تک کسی کھانے یا پینے کی چیز پر دم کر کے کھلائیں۔ ان شاء اللہ بہت جلد کامیابی ہوگی۔

ہر جائز مراد و حاجت کے لئے

اِذْ تَسْتَغِیْثُوْنَ رَبَّكُمْ فَاسْتَجَابَ لَكُمْ اَنِّیْ مُمِدُّكُمْ بِاَلْفٍ مِّنَ الْمَلٰٓىٕكَةِ مُرْدِفِیْنَ ﴿۹﴾

پارہ ۹ سورۂ انفال آیت ۹ کو ہر نماز کے بعد ۱۴ مرتبہ ۱۱ دن تک پڑھیں۔

ہر جائز مراد و حاجت کا دوسرا وظیفہ

یَفْرَحُ الْمُؤْمِنُوْنَ ﴿۴﴾ بِنَصْرِ اللّٰهِ ؕ یَنْصُرُ مَنْ یَّشَآءُ ؕ وَ هُوَ الْعَزِیْزُ الرَّحِیْمُ ﴿۵﴾

پارہ ۲۱ سورۂ روم، آیت ۴، ۵ کو ۱۱۳ مرتبہ پڑھ کر دعاء کریں۔

نیک و صالح رشتہ کے لئے

رَبِّ اِنِّیْ لِمَاۤ اَنْزَلْتَ اِلَیَّ مِنْ خَیْرٍ فَقِیْرٌ ﴿۲۴﴾

پارہ ۲۰ سورۂ قصص آیت ۲۴ کو ہر نماز کے بعد ۱۱۳ مرتبہ اور سورۂ الضحیٰ کو تین مرتبہ

پڑھیں اور اس کے وسیلہ سے دعا کریں اور جب تک مراد پوری نہ ہو اس عمل کو جاری رکھیں۔

بچیوں کے اچھے رشتے کے لئے

اِنَّمَآ اَمۡرُهٗۤ اِذَاۤ اَرَادَ شَيۡـًٔا اَنۡ يَّقُوۡلَ لَهٗ كُنۡ فَيَكُوۡنُ ﴿۸۲﴾

پارہ ۲۳ سورۂ یٰس، آیت ۸۲ کو فجر کی نماز کے بعد ۱۰۱ مرتبہ پڑھیں۔

حافظہ قوی کرنے کے لئے

وَعَلَّمَكَ مَا لَمۡ تَكُنۡ تَعۡلَمُ ؕ وَكَانَ فَضۡلُ اللّٰهِ عَلَيۡكَ عَظِيۡمًا ﴿۱۱۳﴾

پارہ ۵ سورۂ النساء کی آیت ۱۱۳ کو ہر نماز کے بعد ۱۲۱ مرتبہ پانی پر دم کر کے ۴۱ دن تک پلائیں۔

بخار، زخم، آبرو وقار کے لئے

فَلِلّٰهِ الۡحَمۡدُ رَبِّ السَّمٰوٰتِ وَرَبِّ الۡاَرۡضِ رَبِّ الۡعٰلَمِيۡنَ ﴿۳۶﴾ وَلَهُ الۡكِبۡرِيَآءُ فِى السَّمٰوٰتِ وَالۡاَرۡضِ ۖ وَهُوَ الۡعَزِيۡزُ الۡحَكِيۡمُ ﴿۳۷﴾

پارہ ۲۵ سورۂ جاثیہ کی آیت ۳۶ اور ۳۷ کو ہر نماز کے بعد ۷ مرتبہ پڑھ کر اس کے توسّل سے دعا کریں۔ اور مریض پر دم کر دیں۔

اولاد کو فرمانبردار بنانے کے لئے

رَبِّ اَوۡزِعۡنِىۡۤ اَنۡ اَشۡكُرَ نِعۡمَتَكَ الَّتِىۡۤ اَنۡعَمۡتَ عَلَىَّ وَعَلٰى وَالِدَىَّ وَاَنۡ اَعۡمَلَ صَالِحًا تَرۡضٰٮهُ وَاَصۡلِحۡ لِىۡ فِىۡ ذُرِّيَّتِىۡ ؕ اِنِّىۡ تُبۡتُ اِلَيۡكَ وَاِنِّىۡ مِنَ الۡمُسۡلِمِيۡنَ ﴿۱۵﴾

پارہ ۲۶ سورۂ احقاف، آیت ۱۵ کو ہر نماز کے بعد ۳ مرتبہ پڑھیں اور اس کے توسّل سے دعا کریں۔

ہر رنج، غم و الم سے نجات

وَاُفَوِّضُ اَمۡرِىۡۤ اِلَى اللّٰهِ ؕ اِنَّ اللّٰهَ بَصِيۡرٌۢ بِالۡعِبَادِ ﴿۴۴﴾

پارہ ۲۴ سورۂ مؤمن کی آیت ۴۴ کو عشاء کی نماز کے بعد ۱۰۱ مرتبہ پڑھیں اور دعاء

کریں۔

کامیابی کے لئے

فَاِنَّ حَسْبَكَ اللّٰهُ ؕ هُوَ الَّذِیْۤ اَیَّدَكَ بِنَصْرِهٖ وَ بِالْمُؤْمِنِیْنَ ﴿۶۲﴾

پارہ ۱۰ سورۂ انفال کی آیت ۶۲ کو ہر اہم ترین کام یا امتحان وانٹرویو سے پہلے ۷ مرتبہ پڑھ لیں۔

کوئی جائز کام اٹک گیا ہو

وَلَسَوْفَ یُعْطِیْكَ رَبُّكَ فَتَرْضٰی ﴿۵﴾

پارہ ۳۰ سورۂ الضحیٰ، کی آیت ۵ کو کثرت سے پڑھیں۔

کھانسی کا علاج

وَ شَدَدْنَا مُلْكَهٗ وَ اٰتَیْنٰهُ الْحِكْمَةَ وَ فَصْلَ الْخِطَابِ ﴿۲۰﴾

پارہ ۲۳ سورۃ ص، کی آیت نمبر ۲۰ کو اگر کسی کو کھانسی ہو جائے تو یہ آیت ۲۱ مرتبہ سادہ نمک پر دم کر کے چٹایا جائے۔

بکثرت چھینکوں کا علاج

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِیْۤ اَنْزَلَ عَلٰی عَبْدِهِ الْكِتٰبَ وَ لَمْ یَجْعَلْ لَّهٗ عِوَجًا ﴿۱﴾

پارہ ۱۵ سورۃ الکہف کی آیت نمبر ۱ کو اگر کسی کو نزلہ کی وجہ سے چھینکیں بکثرت آتی ہیں تو گیارہ مرتبہ کسی کھانے کی چیز پر پڑھ کر مریض کو کھلا دیا جائے۔

پائیوریا (PHYORRHEA) کا علاج

اس مرض میں مسوڑھوں میں ورم ہو جاتا ہے اور مسوڑھوں سے بدبودار پیپ نکلتی ہے جس کی وجہ سے منہ سے بدبو آتی ہے۔ اور جب یہ مرض شدت اختیار کرتا ہے تو پھر سانس بھی بدبودار ہو جاتی ہے۔

پائیوریا کا وظیفہ

وَلَهٗ مَا سَكَنَ فِي الَّيْلِ وَالنَّهَارِ ؕ وَهُوَ السَّمِيْعُ الْعَلِيْمُ ﴿۱۳﴾

پارہ ۷ سورۃ الانعام، آیت ۱۳ کو گیارہ مرتبہ پڑھ کر دم کریں ان شاء اللہ پائیوریا کا عارضہ جاتا رہے گا، منہ کی بدبو بھی ختم ہو جائے گی۔

دماغ کی کمزوری کا علاج

فَفَهَّمْنٰهَا سُلَيْمٰنَ ۚ وَكُلًّا اٰتَيْنَا حُكْمًا وَّعِلْمًا ۫ وَّسَخَّرْنَا مَعَ دَاوٗدَ الْجِبَالَ يُسَبِّحْنَ وَالطَّيْرَ ؕ وَ كُنَّا فٰعِلِيْنَ ﴿۷۹﴾

پارہ ۱۷ سورۃ الانبیاء کی آیت نمبر ۷۹ کو دماغ کی کمزوری کے واسطے روزانہ بعد نماز فجر دس مرتبہ پڑھنا مفید ہے۔

دماغی توازن بگڑ گیا ہو تو

ذِيْ قُوَّةٍ عِنْدَ ذِي الْعَرْشِ مَكِيْنٍ ﴿۲۰﴾ مُّطَاعٍ ثَمَّ اَمِيْنٍ ﴿۲۱﴾ وَمَا صَاحِبُكُمْ بِمَجْنُوْنٍ ﴿۲۲﴾ وَ لَقَدْ رَاٰهُ بِالْاُفُقِ الْمُبِيْنِ ﴿۲۳﴾ وَ مَا هُوَ عَلَى الْغَيْبِ بِضَنِيْنٍ ﴿۲۴﴾ وَ مَا هُوَ بِقَوْلِ شَيْطٰنٍ رَّجِيْمٍ ﴿۲۵﴾ فَاَيْنَ تَذْهَبُوْنَ ﴿۲۶﴾ اِنْ هُوَ اِلَّا ذِكْرٌ لِّلْعٰلَمِيْنَ ﴿۲۷﴾ لِمَنْ شَآءَ مِنْكُمْ اَنْ يَّسْتَقِيْمَ ﴿۲۸﴾ وَمَا تَشَآءُوْنَ اِلَّآ اَنْ يَّشَآءَ اللّٰهُ رَبُّ الْعٰلَمِيْنَ ﴿۲۹﴾

پارہ ۳۰ سورۂ تکویر آیات ۲۰ تا ۲۹ کو ۴۱ مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے مریض کو پلائیں۔

پھولا کا علاج

اگر کسی کو پھولا (آنکھ کی سیاہی پر سفید دھبا) کا عارضہ لاحق ہو گیا ہو تو دوسرا شخص باوضو ہو کر نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد ہر روز سورۂ اخلاص پڑھ کر مریض کی آنکھوں پر دم کرے ان شاء اللہ بیماری ختم ہو جائے گی۔

آنکھوں کے جالے کا علاج

پارہ ۳۰ سورۃ تکویر (اِذَا الشَّمۡسُ كُوِّرَتۡ) پڑھ کر آنکھوں پر دم کرنے سے جالا دفع ہو جاتا ہے۔

ناخونہ (آنکھ کی بیماری) کا علاج

تین بار سورۃ الاخلاص پڑھ کر آنکھوں پر دم کیا جائے تو ان شاء اللہ ناخونہ (آنکھ کی ایک بیماری جس میں سفیدی مائل گوشت آنکھ کے کوے میں پیدا ہو جاتا ہے) ختم ہو جائے گا۔

سر میں پانی بھر جانے کا علاج

باوضو ہو کر مریض کے سر پر ہاتھ پھیرتے ہوئے تین مرتبہ سورۃ فاتحہ اور سورۃ الاخلاص پڑھ کر دم کریں جب تک آرام نہ آئے یہ عمل جاری رکھیں، اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے بہت جلد مرض جاتا رہے گا۔

معذور افراد کے لئے

اَلَهُمۡ اَرۡجُلٌ يَّمۡشُوۡنَ بِهَاۤ اَمۡ لَهُمۡ اَيۡدٍ يَّبۡطِشُوۡنَ بِهَاۤ اَمۡ لَهُمۡ اَعۡيُنٌ يُّبۡصِرُوۡنَ بِهَاۤ اَمۡ لَهُمۡ اٰذَانٌ يَّسۡمَعُوۡنَ بِهَا

پارہ ۹ سورۂ اعراف، آیت ۱۹۵ کو ۱۳ مرتبہ پڑھ کر مریض پر دم کریں اور پانی پر دم کر کے پلائیں۔

لا علاج مرض کی دعاء

فَدَعَا رَبَّهٗۤ اَنِّىۡ مَغۡلُوۡبٌ فَانۡتَصِرۡ ۞

پارہ ۲۷ سورۂ قمر، آیت ۱۰ کو ۱۳ مرتبہ پڑھ کر آسمان کی طرف منہ کر کے پھونکیں اور پانی پر دم کر کے مریض کو پلائیں۔

آنکھوں پر زخم ختم کرنے کا علاج

کسی بھی وجہ سے آنکھ پر زخم ہو گیا ہو اور آنکھ میں خون بھر آیا ہو تو ایسی صورت میں

قرآن پاک کی سورۃ الھمزۃ باوضو حالت میں انتہائی یکسوئی اور توجہ سے پڑھ کر آنکھ پر دم کرنے سے ان شاء اللہ سات دن کے اندر اندر زخم ٹھیک ہو جائے گا اور آنکھ صاف ہو جائے گی یہ عمل ہر فرض نماز کے بعد کریں۔

ہر قسم کی بندش، اور رکاوٹ دور کرنے کا روحانی علاج

بعد نماز فجر ایک مرتبہ سورۃ مزمل، چاروں قل تین مرتبہ اور آیۃ الکرسی گیارہ بار پڑھ کر پانی پر دم کر کے مریض کو پلائیں اور اس کو چہرے اور سینے پر چھڑکیں، (مگر پانی نیچے نہ گرے) اول وآخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود پاک پڑھیں اور اس عمل کو گیارہ روز تک مسلسل جاری رکھیں۔

شادی کے جملہ امور بحسن وخوبی انجام پذیر ہونے کے لئے وظائف

ان تمام معاملات میں سورۃ قریش کو بعد نماز عصر اور عشاء ''اکیس ۲۱'' مرتبہ پڑھنا بہت مفید ہے۔ یہ عمل شادی کی تیاری سے لے کر نکاح تک جاری رکھیں۔ ان شاء اللہ کامیابی ہوگی۔

جہیز کا انتظام کرنے کے لئے بہترین وظیفہ

درود ابراہیمی.......................... گیارہ مرتبہ

سورۃ مزمل.......................... گیارہ مرتبہ

یا مُغْنِی.......................... گیارہ سو گیارہ مرتبہ

درود ابراہیمی.......................... گیارہ مرتبہ

مدت عمل.......................... اکتالیس یوم (۴۱)

یہ وظیفہ بعد نماز عشاء شروع کرے اور آخر تک کسی سے بات نہ کرے بہتر ہے کہ خلوت اختیار کرے اور اس عمل کا کسی سے تذکرہ نہ کرے۔

بیوی سے جماع پر قادر نہ ہو تو

يَاَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوْا رَبَّكُمُ الَّذِىْ خَلَقَكُمْ مِّنْ نَّفْسٍ وَّاحِدَةٍ وَّخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيْرًا وَّنِسَآءً ۚ وَاتَّقُوا اللّٰهَ الَّذِىْ تَسَآءَلُوْنَ بِهٖ وَالْاَرْحَامَ ؕ اِنَّ اللّٰهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيْبًا ۝

سورۃ النساء، آیت نمبر ا جو شخص جماع پر قادر نہ ہو تو اس آیت مبارکہ کو بعد نماز فجر مرغی کے انڈے پر دم کر کے (۱۴ دن تک) کھلایا جائے، ان شاء اللہ جماع پر قادر ہو جائے گا۔

ہونٹ اور جلد کے پھٹ جانے کا علاج

وَالضُّحٰى ۝ وَالَّيْلِ اِذَا سَجٰى ۝ مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلٰى ۝ وَلَلْاٰخِرَةُ خَيْرٌ لَّكَ مِنَ الْاُوْلٰى ۝ وَلَسَوْفَ يُعْطِيْكَ رَبُّكَ فَتَرْضٰى ۝ اَلَمْ يَجِدْكَ يَتِيْمًا فَاٰوٰى ۝ وَوَجَدَكَ ضَآلًّا فَهَدٰى ۝

اور

اِذَا زُلْزِلَتِ الْاَرْضُ زِلْزَالَهَا ۝ وَاَخْرَجَتِ الْاَرْضُ اَثْقَالَهَا ۝ وَقَالَ الْاِنْسَانُ مَا لَهَا ۝ يَوْمَئِذٍ تُحَدِّثُ اَخْبَارَهَا ۝ بِاَنَّ رَبَّكَ اَوْحٰى لَهَا ۝ يَوْمَئِذٍ يَّصْدُرُ النَّاسُ اَشْتَاتًا

سورۃ الضحیٰ ابتداء سے لے کر فھدیٰ تک اور سورۃ زلزال ابتداء سے لے کر اَشْتَاتًا تک تین تین بار پڑھے، اور پڑھنے والا پڑھتے وقت اپنا ہاتھ پھٹی ہوئی جلد پر رکھے۔ ان شاء اللہ تندرستی حاصل ہوگی۔

کسی پر جنات کا سایہ ہو تو

تین مرتبہ درود شریف، سورۃ الفاتحہ، آیۃ الکرسی، سورۃ یٰس کا پہلا رکوع، سورۃ اخلاص، سورۃ فلق، سورۃ ناس، تین مرتبہ درود شریف پڑھ کر اگر مرد ہو تو اللہ تعالیٰ کو حضور سید دو عالم نور مجسم ﷺ کا واسطہ دے کر دعا کریں۔ اور اگر عورت ہو تو حضرت سیدتنا فاطمۃ الزہراء رضی اللہ عنہ کا واسطہ دے کر دعا کریں۔ اور اگر جوان لڑکی ہو تو حضرت سیدتنا سکینہ رضی اللہ

عنہ کا واسطہ دے کر دعا کریں۔ اور اگر جوان لڑکا ہو تو حضرت سیدنا علی اصغر رضی اللہ عنہ کا واسطہ دے کر دعا کریں۔ اور پانی پر دم کر کے مریض کو پلائیں۔

جنات کے اثر کا علاج

سورۃ فاتحہ، آیۃ الکرسی، سورۃ بقرۃ کی آخری دو آیات، سورۃ اخلاص، سورۃ فلق، سورۃ ناس، کا آسیب زدہ پر تین مرتبہ پڑھ کر دم کرنا بھی بہت مفید ہے۔

فجر میں آنکھ نہ کھلتی ہو تو

اِنَّ الَّذِیْنَ اٰمَنُوْا وَ عَمِلُوا الصّٰلِحٰتِ كَانَتْ لَهُمْ جَنّٰتُ الْفِرْدَوْسِ نُزُلًا ﴿۱۰۷﴾ خٰلِدِیْنَ فِیْهَا لَا یَبْغُوْنَ عَنْهَا حِوَلًا ﴿۱۰۸﴾ قُلْ لَّوْ كَانَ الْبَحْرُ مِدَادًا لِّكَلِمٰتِ رَبِّیْ لَنَفِدَ الْبَحْرُ قَبْلَ اَنْ تَنْفَدَ كَلِمٰتُ رَبِّیْ وَ لَوْ جِئْنَا بِمِثْلِهٖ مَدَدًا ﴿۱۰۹﴾ قُلْ اِنَّمَاۤ اَنَا بَشَرٌ مِّثْلُكُمْ یُوْحٰۤى اِلَیَّ اَنَّمَاۤ اِلٰهُكُمْ اِلٰهٌ وَّاحِدٌۚ فَمَنْ كَانَ یَرْجُوْا لِقَآءَ رَبِّهٖ فَلْیَعْمَلْ عَمَلًا صَالِحًا وَّ لَا یُشْرِكْ بِعِبَادَةِ رَبِّهٖۤ اَحَدًا ﴿۱۱۰﴾

رات کو سونے سے پہلے پارہ ۱۶ سورۃ کہف کی آخری چار آیتیں پڑھ کر سو جائیں، جہاں روحانیت نصیب ہو گی وہاں فجر کے لئے با آسانی آنکھ بھی کھل جائے گی۔

بانجھ عورت کے لئے عمل

وَ الذّٰرِیٰتِ ذَرْوًا ﴿۱﴾ فَالْحٰمِلٰتِ وِقْرًا ﴿۲﴾ فَالْجٰرِیٰتِ یُسْرًا ﴿۳﴾ فَالْمُقَسِّمٰتِ اَمْرًا ﴿۴﴾ اِنَّمَا تُوْعَدُوْنَ لَصَادِقٌ ﴿۵﴾ وَّ اِنَّ الدِّیْنَ لَوَاقِعٌ ﴿۶﴾

حمل قرار پانے اور بانجھ پن دور کرنے کے لئے تین کھجوروں پر ان آیات (پارہ ۲۶ سورۃ الذّٰریات، آیت نمبر ۱ تا ۶) کو پڑھ کر عورت کو کھلانا نہایت مفید ہے ہر ایک کھجور پر ایک سو مرتبہ یہ آیات مبارکہ کو پڑھ کر دم کیا جائے، اور یہ عمل سات روز تک جاری رکھا جائے۔

پیاس نہ بجھتی ہو یا بار بار لگتی ہو

جس شخص کو پیاس کا مرض ہو گیا ہو اسے چاہئے کہ اس "سورۂ واقعہ" کو تین مرتبہ پڑھ

کر پانی پر دم کر کے سات دن تک پیئے ان شاء اللہ افاقہ ہو جائے گا۔

لُو لگنا

اِنَّ الْاَبْرَارَ يَشْرَبُوْنَ مِنْ كَاْسٍ كَانَ مِزَاجُهَا كَافُوْرًا ۝ عَيْنًا يَّشْرَبُ بِهَا عِبَادُ اللّٰهِ يُفَجِّرُوْنَهَا تَفْجِيْرًا ۝

سورۃ الدھر، آیت نمبر ۵،۶ کو اگر کسی شخص کو لُو لگ جائے یا پیاس کا مرض ہو جائے تو عرقِ گلاب پر ایک سو تین مرتبہ دم کر کے مریض کو پلا دیا جائے، تو مرض میں افاقہ ہوگا اور زہریلی ہوا کا اثر ختم ہو جائے گا۔

شادی میں رکاوٹ کا عمل

بعد نماز عشاء اور فجر سات سات مرتبہ سورۃ المزمل کی تلاوت کریں، اور پھر ایک سو مرتبہ درود شریف پڑھ کر گڑگڑا کر خصوصی دعا کریں، ان شاء اللہ کامیابی نصیب ہوگی۔

بواسیر (pile) کی تکلیف ختم کرنے کے لئے

اگر کسی کو بواسیر کی تکلیف ہو تو فجر کی سنتوں میں پہلی رکعت میں سورۃ الم نشرح اور دوسری رکعت میں سورۃ فیل پڑھے، ان شاء اللہ اس کا معمول بنانے سے بواسیر سے نجات مل جائے گی۔

بچہ کی عمر بڑھ رہی ہو مگر بولتا نہ ہو تو

جو بچہ اپنے بولنے کی عمر سے بڑا ہو گیا ہو مگر بولتا نہ ہو تو سورۃ جمعۃ کی ابتدائی چار آیتیں، گیارہ مرتبہ روزآنہ اکیس ۲۱ دن تک پڑھ کر پانی پر دم کر کے پلا دیں۔ ان شاء اللہ ضرور بولے گا۔

نیند کی کمی کا علاج

وَهُوَ الَّذِيْ جَعَلَ لَكُمُ الَّيْلَ لِبَاسًا وَّالنَّوْمَ سُبَاتًا وَّجَعَلَ النَّهَارَ نُشُوْرًا ۝

جس کو رات کو نیند نہ آتی ہو وہ اس آیت مبارکہ (سورۃ الفرقان، آیت نمبر ۴۷،

پارہ ۱۹) کو پانچ سو ۵۰۰ مرتبہ پانی پر دم کر کے پیئے یا کوئی اسے دم کر کے پلا دے، سات روز تک یہ عمل جاری رکھیں۔

زبان کی لکنت، سانس چڑھتا ہو یا گھبراہٹ ہو

رَبِّ اشْرَحْ لِیْ صَدْرِیْ ﴿۲۵﴾ وَ یَسِّرْ لِیْۤ اَمْرِیْ ﴿۲۶﴾ وَ احْلُلْ عُقْدَةً مِّنْ لِّسَانِیْ ﴿۲۷﴾ یَفْقَهُوْا قَوْلِیْ ﴿۲۸﴾

(سورۃ طٰہٰ، آیت ۲۵ تا ۲۸، پارہ ۱۶) کو جس شخص کا سینہ بولنے چلنے میں کمزور ہو سانس چڑھتا ہو یا اس کے مزاج میں رعب غالب رہتا ہو یا مجمع کثیر میں گھبراتا ہو تو وہ ہر روز صبح کی نماز کے بعد اکیس مرتبہ سورۃ طٰہٰ کی ان آیات کو پڑھے، ان شاء اللہ یہ سب باتیں جاتی رہیں گی۔

مکان یا اسباب پر نظر بد کا اندیشہ ہو تو

خَتَمَ اللّٰهُ عَلٰى قُلُوْبِهِمْ وَ عَلٰى سَمْعِهِمْ ؕ وَ عَلٰۤى اَبْصَارِهِمْ غِشَاوَةٌ٘ وَّ لَهُمْ عَذَابٌ عَظِیْمٌ ﴿۷﴾

پارہ اوّل، سورۃ البقرۃ، آیت نمبر ۷ کو سات مرتبہ پڑھ کر مکان پر دم کرنا نہایت مجرب عمل ہے۔ اور حقیقت میں یہ آیت نظر بند سے محفوظ رکھنے کے لئے ایک قلعہ کے مانند ہے۔

آنکھوں کا پھڑکنا

فَلَاۤ اُقْسِمُ بِالشَّفَقِ ﴿۱۶﴾ وَ الَّیْلِ وَ مَا وَسَقَ ﴿۱۷﴾ وَ الْقَمَرِ اِذَا اتَّسَقَ ﴿۱۸﴾ لَتَرْكَبُنَّ طَبَقًا عَنْ طَبَقٍ ﴿۱۹﴾ فَمَا لَهُمْ لَا یُؤْمِنُوْنَ ﴿۲۰﴾

پارہ ۳۰ سورۃ انشقاق، آیت نمبر ۱۶ تا ۲۰ کو سات مرتبہ پڑھ کر مریض پر دم کریں، پھر دوبارہ سات مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے مریض کو پلا دیں، ان شاء اللہ مرض ختم ہو جائے گا۔

آنکھوں کی جملہ بیماریوں سے نجات کے لئے

وَ الْعَصْرِ ﴿۱﴾ اِنَّ الْاِنْسَانَ لَفِیْ خُسْرٍ ﴿۲﴾ اِلَّا الَّذِیْنَ اٰمَنُوْا وَ عَمِلُوا الصّٰلِحٰتِ وَ تَوَاصَوْا

بِالْحَقِّ ۙ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿۳﴾

سورۃ العصر کو تین مرتبہ پڑھ کر سرمہ کی سلائی پر دم کر کے سرمہ لگانے سے آنکھوں کی جملہ بیماریوں کو دفع کرتا ہے۔ گیارہ دن تک عمل جاری رکھیں۔

آشوب چشم کا علاج

ٹھیک دوپہر کے وقت جس کو زوال کا وقت کہتے ہیں، باوضو بیٹھ کر "یارحمٰن" اکتالیس مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کرے اور اس پانی میں سلائی تر کر کے سات سات سلائیاں دکھتی آنکھوں میں تین دن لگائیں، ان شاء اللہ افاقہ ہوگا اور پھر ایک سال تک آنکھیں دکھنے نہیں آئیں گی۔

گردہ اور مرگی کے مریض کے لئے

"سورۃ بلد" پارہ ۳۰ کو روزانہ گیارہ مرتبہ کسی بھی وقت پڑھنا درد گردہ اور مرگی والے کے لئے مفید ہے۔

طاعون، اور ہیضہ سے بچاؤ کیلئے

وَلَوْلَا رِجَالٌ مُّؤْمِنُوْنَ وَنِسَآءٌ مُّؤْمِنٰتٌ لَّمْ تَعْلَمُوْهُمْ اَنْ تَطَـُٔوْهُمْ فَتُصِيْبَكُمْ مِّنْهُمْ مَّعَرَّةٌۢ بِغَيْرِ عِلْمٍ ۚ لِيُدْخِلَ اللّٰهُ فِيْ رَحْمَتِهٖ مَنْ يَّشَآءُ (فتح:۲۵)

طاعون یا ہیضہ کے موقع پر اس آیت مبارکہ کو لکھ کر پاس رکھنا امن کا باعث ہے۔

وبائی امراض سے نجات کے لئے

مَنْ يُّصْرَفْ عَنْهُ يَوْمَئِذٍ فَقَدْ رَحِمَهٗ ۭ وَذٰلِكَ الْفَوْزُ الْمُبِيْنُ ﴿۱۶﴾ وَاِنْ يَّمْسَسْكَ اللّٰهُ بِضُرٍّ فَلَا كَاشِفَ لَهٗٓ اِلَّا هُوَ ۭ وَاِنْ يَّمْسَسْكَ بِخَيْرٍ فَهُوَ عَلٰي كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ ﴿۱۷﴾ (انعام)

اگر شہر میں طاعون ہیضہ یا وبائی بخار یا کسی اور عالمگیر وباء کی شہرت ہو تو ان آیات کا مکان کے دروازے پر اور مکان کی اندر کی دیوار پر لکھ کر لگانا نہایت مفید ہے ان شاء اللہ اس مکان میں وباء ہرگز داخل نہ ہوگی۔

حج پر جانے کی خواہش ہو مگر وسائل نہ ہوں

لَقَدْ صَدَقَ اللّٰهُ رَسُوْلَهُ الرُّءْيَا بِالْحَقِّ ۚ لَتَدْخُلُنَّ الْمَسْجِدَ الْحَرَامَ اِنْ شَآءَ اللّٰهُ اٰمِنِيْنَ ۙ مُحَلِّقِيْنَ رُءُوْسَكُمْ وَمُقَصِّرِيْنَ ۙ لَا تَخَافُوْنَ ؕ فَعَلِمَ مَا لَمْ تَعْلَمُوْا فَجَعَلَ مِنْ دُوْنِ ذٰلِكَ فَتْحًا قَرِيْبًا ﴿۲۷﴾

پارہ ۲۶ سورۂ فتح، آیت ۲۷ کا کثرت سے ورد کریں، ان شاء اللہ حج پر جانے کے اسباب پیدا ہو جائیں گے۔

بلغمی امراض کے خاتمہ کے لئے

اَللّٰهُ لَاۤ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ ۚ اَلْحَیُّ الْقَیُّوْمُ ۚ لَا تَاْخُذُهٗ سِنَةٌ وَّلَا نَوْمٌ ؕ لَهٗ مَا فِی السَّمٰوٰتِ وَمَا فِی الْاَرْضِ ؕ مَنْ ذَا الَّذِیْ یَشْفَعُ عِنْدَهٗۤ اِلَّا بِاِذْنِهٖ ؕ یَعْلَمُ مَا بَیْنَ اَیْدِیْهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ ۚ وَلَا یُحِیْطُوْنَ بِشَیْءٍ مِّنْ عِلْمِهٖۤ اِلَّا بِمَا شَآءَ ۚ وَسِعَ كُرْسِیُّهُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضَ ۚ وَلَا یَـُٔوْدُهٗ حِفْظُهُمَا ۚ وَهُوَ الْعَلِیُّ الْعَظِیْمُ ﴿۲۵۵﴾

طریقہ کار

(پارہ ۳ سورۃ بقرۃ، آیت، ۲۵۵) کو جس شخص کو بلغمی مرض ہو وہ سات چھوٹی چھوٹی لاہوری نمک کی کنکریاں (ڈلیاں) لے اور ہر کنکری پر سات مرتبہ آیۃ الکرسی دم کرے، اور روزانہ ایک کنکری نہار منہ کھالے، ان شاء اللہ عزوجل مکمل شفا یابی نصیب ہوگی۔

یرقان کے خاتمہ کیلئے

سَبَّحَ لِلّٰهِ مَا فِی السَّمٰوٰتِ وَمَا فِی الْاَرْضِ ۚ وَهُوَ الْعَزِیْزُ الْحَكِیْمُ ﴿۱﴾

اور اِیَّاكَ نَعْبُدُ وَاِیَّاكَ نَسْتَعِیْنُ ۝

سورۃ حشر کی پہلی آیت مرتبہ اور سورۃ فاتحہ کی آیت مبارکہ ۱۶۲ مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے خوب پلائیں ان شاء اللہ ختم ہو جائے گا۔ یہ عمل مجرب ہے۔

یرقان کا دوسرا علاج

سورۂ فاتحہ ایک مرتبہ، پھر سورۂ حشر (پارہ ۲۸) ۷ مرتبہ اور پھر ایک مرتبہ سورۂ قریش، پڑھ کر پانی پر دم کر کے مریض کو پلائیں۔

کینسر، شوگر اور دیگر امراض سے نجات

رَبَّهٗۤ اَنِّیْ مَسَّنِیَ الضُّرُّ وَ اَنْتَ اَرْحَمُ الرّٰحِمِیْنَ ﴿۸۳﴾

پارہ ۱۷ سورۃ انبیاء، آیت ۸۳ کو کینسر، شوگر اور دیگر امراض سے نجات کے لئے اکیس اکیس مرتبہ صبح و شام پڑھ کر پانی پر دم کر کے پلا دیں۔

شوگر کا دوسرا علاج

رَّبِّ اَدْخِلْنِیْ مُدْخَلَ صِدْقٍ وَّ اَخْرِجْنِیْ مُخْرَجَ صِدْقٍ وَّ اجْعَلْ لِّیْ مِنْ لَّدُنْكَ سُلْطٰنًا نَّصِیْرًا ﴿۸۰﴾

پارہ ۱۵، سورۂ بنی اسرائیل: آیت ۸۰ کو روزانہ صبح و شام تین تین پڑھ کر پانی پر دم کر کے پی لیں۔

زبان کی لکنت اور ذہن کی کشادگی

رَبِّ اشْرَحْ لِیْ صَدْرِیْ ﴿۲۵﴾ وَ یَسِّرْ لِیْۤ اَمْرِیْ ﴿۲۶﴾ وَ احْلُلْ عُقْدَةً مِّنْ لِّسَانِیْ ﴿۲۷﴾ یَفْقَهُوْا قَوْلِیْ ﴿۲۸﴾

پارہ ۱۶ سورۃ طٰہٰ، آیت ۲۵ تا ۲۸ کو زبان کی لکنت دور کرنے کے لئے روزآنہ ۳ مرتبہ پڑھیں، اور ذہنی کشادگی اور علم کی ترقی کے لئے فجر کی نماز کے بعد ۲۱ مرتبہ پڑھیں۔

بھولنے کی بیماری اور کمزور ذہن

وَ عَلَّمَكَ مَا لَمْ تَكُنْ تَعْلَمُؕ وَ كَانَ فَضْلُ اللّٰهِ عَلَیْكَ عَظِیْمًا ﴿۱۱۳﴾

پارہ ۵ سورۃ نساء، آیت ۱۱۳ کو روزآنہ پانی پر دم کر کے پلائیں ان شاء اللہ بھولنے کا مرض جاتا رہے گا۔

نافرمان اور ضدی اولاد ہوتو

اَللّٰهُ يَجْتَبِيْٓ اِلَيْهِ مَنْ يَّشَآءُ وَيَهْدِيْٓ اِلَيْهِ مَنْ يُّنِيْبُ ﴿۱۳﴾

پارہ ۲۵، سورۃ الشوریٰ، آیت ۱۳ کو ضدی یا نافرمان بچے کے سر پر ہاتھ رکھ کر گیارہ مرتبہ پڑھیں اور اس پر دم کریں۔

اولاد کو فرمانبردار بنانے کے لئے

اِنِّيْ تَوَكَّلْتُ عَلَى اللّٰهِ رَبِّيْ وَرَبِّكُمْ ۗ مَا مِنْ دَآبَّةٍ اِلَّا هُوَ اٰخِذٌۢ بِنَاصِيَتِهَا ۗ اِنَّ رَبِّيْ عَلٰى صِرَاطٍ مُّسْتَقِيْمٍ ﴿۵۶﴾

پارہ ۱۲ سورۃ ہود، آیت ۵۶ کو بچے کے پیشانی کے بالوں کو پکڑ کر گیارہ مرتبہ پڑھیں اور اس پر دم کردیں۔

پیٹ کے درد کو دور کرنے کے لئے

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ، لَا فِيْهَا غَوْلٌ وَّلَا هُمْ عَنْهَا يُنْزَفُوْنَ ﴿۴۷﴾

پارہ ۲۳ سورۃ الصافات، آیت ۴۷ کو تین مرتبہ یہ آیت پڑھ کر پانی پر دم کر کے مریض کو پلادیں، ان شاء اللہ شفا نصیب ہوگی۔

گھر سے جنات دور کرنے کا طریقہ

اِذَا جَآءَ نَصْرُ اللّٰهِ وَالْفَتْحُ ﴿۱﴾ وَرَاَيْتَ النَّاسَ يَدْخُلُوْنَ فِيْ دِيْنِ اللّٰهِ اَفْوَاجًا ﴿۲﴾ فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَاسْتَغْفِرْهُ ۗ اِنَّهٗ كَانَ تَوَّابًا ﴿۳﴾

سورۃ نصر کو گیارہ مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے گھر کے چاروں کونوں میں اکتالیس دن تک چھڑکیں ان شاء اللہ مکان سے جنات چلے جائیں گے۔

اگر آنکھ دکھتی ہوتو

فَكَشَفْنَا عَنْكَ غِطَآءَكَ فَبَصَرُكَ الْيَوْمَ حَدِيْدٌ ﴿۲۲﴾

پارہ ۲۶ سورۃ ق، آیت ۲۲ کو تین مرتبہ اس دعا کو پڑھ کر آنکھ پر دم کریں، درد ختم

ہو جائیگا۔

سر میں درد ہو تو

لَا يُصَدَّعُوْنَ عَنْهَا وَلَا يُنْزِفُوْنَ ﴿۱۹﴾

پارہ ۲۷ سورۂ واقعہ، آیت ۱۹ کو تین مرتبہ پڑھ کر سر پر دم کیا جائے تو ان شاء اللہ فوراً آرام آجائے گا۔

سر میں درد ہو تو

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

اپنا ہاتھ ماتھے یعنی پیشانی پر رکھ کر ۴۱ مرتبہ بسم اللہ شریف پڑھے، نہایت مؤثر و مجرب ہے۔

معدہ کمزور ہو گیا ہو تو

اِنَّآ اَنْزَلْنٰهُ فِيْ لَيْلَةِ الْقَدْرِ ﴿۱﴾ وَمَآ اَدْرٰىكَ مَا لَيْلَةُ الْقَدْرِ ﴿۲﴾ لَيْلَةُ الْقَدْرِ خَيْرٌ مِّنْ اَلْفِ شَهْرٍ ﴿۳﴾ تَنَزَّلُ الْمَلٰٓئِكَةُ وَالرُّوْحُ فِيْهَا بِاِذْنِ رَبِّهِمْ مِّنْ كُلِّ اَمْرٍ ﴿۴﴾ سَلٰمٌ هِيَ حَتّٰى مَطْلَعِ الْفَجْرِ ﴿۵﴾

اگر کسی کا معدہ کمزور ہو گیا ہو تو سورۃ قدر گیارہ مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کریں، اور مریض کو پلائیں، ان شاء اللہ شفا نصیب ہو گی۔

جگر میں درد ہو تو

تَبٰرَكَ اسْمُ رَبِّكَ ذِي الْجَلٰلِ وَالْاِكْرَامِ ﴿۷۸﴾

پارہ ۲۷ سورۃ رحمٰن، آیت ۷۸ کو اکیس ۲۱ مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کریں، اور مریض کو پلائیں، ان شاء اللہ شفا نصیب ہو گی۔

زہریلے جانور کے کاٹنے کا علاج

رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ اَزْوَاجِنَا وَذُرِّيّٰتِنَا قُرَّةَ اَعْيُنٍ وَّاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِيْنَ اِمَامًا ﴿۷۴﴾

پارہ ۱۹ سورۂ فرقان، آیت ۷۴ کو سات مرتبہ پڑھ کر دم کریں اور پانی پر دم کر کے

مریض کو پلادیں۔

جس جگہ زہریلہ جانور کاٹ لے اس جگہ انگلی گھماتے ہوئے ایک سانس میں سات مرتبہ اس آیت مبارکہ کو پڑھ کر پانی پر دم کر کے چھینٹا مارے یا کان میں دم کردیں، ان شاء اللہ زہر کا اثر جاتا رہے گا۔

آسیب سے بچاؤ کے لئے

وَ اِذَا بَطَشْتُمْ بَطَشْتُمْ جَبَّارِیْنَ ﴿۱۳۰﴾

پارہ ۱۹ سورۃ الشعراء، آیت ۱۳۰ کو تین مرتبہ پڑھ کر آسیب زدہ کو پلادیں، ان شاء اللہ آسیب سے نجات مل جائے گی۔

بدہضمی کا علاج

وَ بِالْحَقِّ اَنْزَلْنٰهُ وَ بِالْحَقِّ نَزَلَ ؕ وَ مَاۤ اَرْسَلْنٰكَ اِلَّا مُبَشِّرًا وَّ نَذِیْرًا ﴿۱۰۵﴾

اگر کسی کو بدہضمی کی شکایت رہتی ہو تو اس آیت مبارکہ (پارہ ۱۵ سورۃ بنی اسرائیل، آیت ۱۰۵) کو کھانا کھانے کے بعد سات مرتبہ پڑھ کر نمک پر دم کر کے کھالیں۔ ان شاء اللہ بدہضمی کی شکایت دور ہو جائے گی۔

مرگی کا علاج

جو شخص "سورۃ سجدہ" (پارہ ۲۱) کو لکھ کر اپنے پاس رکھے، ان شاء اللہ مرگی کا دورہ نہیں پڑے گا۔ اور اگر کوئی شخص مرگی سے بے ہوش ہو جائے تو اس کے سیدھے کان میں اذان اور الٹے کان میں اقامت سات بار کہیں، اسے ہوش آجائے گا۔

مالیخولیا اور سودا (دیوانگی) کا علاج

مَا جِئْتُمْ بِهِ ۙ السِّحْرُ ؕ اِنَّ اللّٰهَ سَیُبْطِلُهٗ ؕ اِنَّ اللّٰهَ لَا یُصْلِحُ عَمَلَ الْمُفْسِدِیْنَ ﴿۸۱﴾

مالیخولیا (ایک قسم کا جنون، پاگل پن) کے لئے پارہ ۱۱ سورۃ یونس، آیت ۸۱ کو اور سورۃ فلق، سورۃ ناس کو باوضو ہو کر ہر نماز کے بعد گیارہ گیارہ مرتبہ پڑھ کر دم کریں، ان شاء اللہ

شفاء نصیب ہوگی۔

دانت یا داڑھ میں درد ہو تو

وَهُوَ الَّذِیْۤ اَنْشَاَ لَكُمُ السَّمْعَ وَ الْاَبْصَارَ وَ الْاَفْـٕدَةَؕ قَلِیْلًا مَّا تَشْكُرُوْنَ۝۷۸

پارہ ۱۸ سورۂ مؤمنون، آیت ۷۸ کو جس کے دانت یا داڑھ میں درد ہو تو اپنی انگلی اس مقام پر رکھ کر سات مرتبہ پڑھیں، ان شاءاللہ درد ختم ہو جائے گا۔

انگلیوں کا درد کا علاج

لَّا یُصَدَّعُوْنَ عَنْهَا وَ لَا یُنْزِفُوْنَ۝۱۹

انگلیوں میں کسی بھی قسم کی کوئی تکلیف ہو تو تین سو مرتبہ اس آیت مبارکہ (پارہ ۲۷ سورۂ واقعہ، آیت ۱۹) کو تل کے تیل پر دم کر کے مالش کریں۔

بواسیر کا علاج

دو رکعت نفل نماز پڑھے پہلی رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد سورۃ الم نشرح اور دوسری رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد سورۃ فیل پڑھے، اور سلام پھیرنے کے بعد ستر ۷۰ مرتبہ یہ پڑھے۔

کثرتِ حیض کا علاج

حیض کا خون زیادہ آنے کی صورت میں سات دن دن تک سورۃ دَھر، ۲۹ پارہ، پانی پر دم کر کے پلائی جائے، کثرتِ خون سے شفایابی ہوگی۔

کثرتِ احتلام کا علاج

بستر پر جاتے وقت ''سورۃ طارق'' (پارہ ۳۰) کو پڑھ لینے سے کثرت احتلام سے نجات ملے گی اور اگر پہلے سے یہ مرض ہے تو بالکل ختم ہو جائے گا۔

جریان کا علاج

جریان کے مریض کو ''سورۃ الحجرات'' (پارہ ۲۶) کو تین مرتبہ پانی پر دم کر کے ۴۱ دن تک پلائی جائے، ان شاءاللہ شفاء ہوگی۔

نامردی کا علاج

اِيَّاكَ نَعْبُدُ وَ اِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ ○

ہر روز نماز فجر کے بعد سورۃ فاتحہ کی یہ آیت مبارکہ ۳۰۰ سو مرتبہ پڑھیں اور یہ عمل ۱۲۰ دن تک جاری رکھیں، ان شاء اللہ نامردی کا خاتمہ ہو جائے گا۔

بھوک و پیاس کی کمی کا علاج

وَالَّذِیْ هُوَ یُطْعِمُنِیْ وَ یَسْقِیْنِ ﴿۷۹﴾ وَ اِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ یَشْفِیْنِ ﴿۸۰﴾

پارہ ۱۹ سورۂ شعراء، آیت ۷۹ اور ۸۰ کو ۱۴۱ اکتالیس مرتبہ کھانے پر دم کر کے کھلائی جائے، اور اگر بھوک بالکل نہیں لگتی ہو تو یہ آیت ۲۱ مرتبہ پانی پر دم کر کے پلائی جائے، ان شاء اللہ خود بھوک لگے گی۔

بھوک نہ لگتی ہو

وَلَوْلَا فَضْلُ اللّٰهِ عَلَیْكُمْ وَ رَحْمَتُهٗ وَ اَنَّ اللّٰهَ تَوَّابٌ حَكِیْمٌ ﴿۱۰﴾

اگر کسی کو بھوک نہ لگتی ہو تو اس آیت (پارہ ۱۸ سورۃ نور، آیت ۱۰) کو اکیس ۲۱ مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پیا جائے، ان شاء اللہ بھوک لگے گی۔

دست اور پیچش کا علاج

اِنَّ اللّٰهَ مَعَ الَّذِیْنَ اتَّقَوْا وَّ الَّذِیْنَ هُمْ مُّحْسِنُوْنَ ﴿۱۲۸﴾

اگر کسی کو دست اور پیچش ہوں تو اس آیت (پارہ ۱۴ سورۃ النحل، ۱۲۸) کو سات دن تک ایک ہزار مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے مریض کو پلائی جائے۔

دست کی بیماری کا دوسرا علاج

سورۃ قدر بسم اللہ شریف کے ساتھ ۱۴ مرتبہ پڑھ کر پانی دم کر کے نہار منہ پلائیں۔

سینے کے درد کا علاج

جس کے سینے میں درد ہو وہ سورۃ فاتحہ اور سورۃ الم نشرح سات مرتبہ پڑھ کر مریض پر دم

کردیں، اگر مریض خود کرنا چاہے تو اپنا سیدھا ہاتھ سینے پر رکھ کر سات مرتبہ پڑھے ان شاء اللہ درد فوراً ختم ہو جائے گا۔

داغ دھبوں کا علاج

مُسَلَّمَةٌ لَّا شِيَةَ فِيهَا

اگر چہرے، یا بدن کے کسی بھی حصہ پر کوئی داغ دھبہ ہو جس کو آپ ختم کرنا چاہتے ہوں تو اس آیت مبارکہ (سورۃ بقرۃ، آیت ۷۱، پارہ 1) کو اکتالیس 41 مرتبہ دوا یا مرہم جو آپ کا ڈاکٹر یا حکیم تجویز کرے اس پر دم کریں، ان شاء اللہ ہر قسم کے داغ دھبے دور ہو جائیں گے۔

زبان بند ہو جانے کا علاج

وَالتِّيْنِ وَالزَّيْتُوْنِ ۙ﴿۱﴾ وَطُوْرِ سِيْنِيْنَ ۙ﴿۲﴾ وَهٰذَا الْبَلَدِ الْاَمِيْنِ ۙ﴿۳﴾ لَقَدْ خَلَقْنَا الْاِنْسَانَ فِيْٓ اَحْسَنِ تَقْوِيْمٍ ۫﴿۴﴾ ثُمَّ رَدَدْنٰهُ اَسْفَلَ سٰفِلِيْنَ ۙ﴿۵﴾ اِلَّا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا وَعَمِلُوا الصّٰلِحٰتِ فَلَهُمْ اَجْرٌ غَيْرُ مَمْنُوْنٍ ؕ﴿۶﴾ فَمَا يُكَذِّبُكَ بَعْدُ بِالدِّيْنِ ؕ﴿۷﴾ اَلَيْسَ اللّٰهُ بِاَحْكَمِ الْحٰكِمِيْنَ ﴿۸﴾

ہر روز نماز فجر اور مغرب کے بعد انتہائی یکسوئی اور توجہ کے ساتھ سورۃ والتین کی ۲۱ اکیس مرتبہ تلاوت کریں، ان شاء اللہ بند زبان کھل جائے گی۔

چھالے، پھنسیوں کا علاج

وَالضُّحٰى ۙ﴿۱﴾ وَالَّيْلِ اِذَا سَجٰى ۙ﴿۲﴾ مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلٰى ؕ﴿۳﴾ وَلَلْاٰخِرَةُ خَيْرٌ لَّكَ مِنَ الْاُوْلٰى ؕ﴿۴﴾ وَلَسَوْفَ يُعْطِيْكَ رَبُّكَ فَتَرْضٰى ؕ﴿۵﴾ اَلَمْ يَجِدْكَ يَتِيْمًا فَاٰوٰى ۠﴿۶﴾ وَوَجَدَكَ ضَآلًّا فَهَدٰى ۠﴿۷﴾ وَوَجَدَكَ عَآئِلًا فَاَغْنٰى ؕ﴿۸﴾ فَاَمَّا الْيَتِيْمَ فَلَا تَقْهَرْ ؕ﴿۹﴾ وَاَمَّا السَّآئِلَ فَلَا تَنْهَرْ ؕ﴿۱۰﴾ وَاَمَّا بِنِعْمَةِ رَبِّكَ فَحَدِّثْ ﴿۱۱﴾

سورۃ والضحیٰ اکتالیس ۴۱ مرتبہ چینی پر دم کر کے اس کو چبانے سے ہر قسم کے چھالے، پھنسیاں ختم ہو جائیں گے۔

ناک کے درد کا علاج

وَبِالْحَقِّ اَنْزَلْنٰهُ وَبِالْحَقِّ نَزَلَ ؕ وَمَاۤ اَرْسَلْنٰكَ اِلَّا مُبَشِّرًا وَّنَذِیْرًا ﴿۱۰۵﴾

ناک میں درد ہونے کی صورت میں اس آیت (سورۃ بنی اسرائیل، آیت ۱۰۵) کو گیارہ مرتبہ پڑھ کردم کرنے سے ان شاء اللہ آرام آجائے گا۔

نزلہ وزکام کا علاج

وظیفہ

تین مرتبہ سورۃ فاتحہ پڑھ کر نزلہ وزکام کے مریض پر دم کیا جائے تو وہ ان شاء اللہ اچھا ہوجائے گا۔

نکسیر پھوٹنے کا علاج

لِكُلِّ نَبَاٍ مُّسْتَقَرٌّ٘ وَّسَوْفَ تَعْلَمُوْنَ ﴿۶۷﴾

مریض کی پیشانی پہ یہ آیت (پارہ ۷ سورۃ انعام، آیت ۶۷) لکھی جائے تو فوراً نکسیر بند جائے گی۔

موتیا بند کا علاج

فَكَشَفْنَا عَنْكَ غِطَآءَكَ فَبَصَرُكَ الْیَوْمَ حَدِیْدٌ ﴿۲۲﴾

ہر فرض نماز کے بعد اس آیت (پارہ ۲۶ سورۃ ق، آیت ۲۲) کو تین مرتبہ پڑھ کر انگلی پر پھونک مار کر آنکھوں پر پھیرنا موتیا بند کے لئے مفید ہے۔

ابرو کے درد کا علاج

وَلَوْ اَنَّ مَا فِی الْاَرْضِ مِنْ شَجَرَةٍ اَقْلَامٌ وَّالْبَحْرُ یَمُدُّهٗ

اگر کسی کے ابرو میں درد ہو تو اس آیت (پارہ ۲۰ سورۃ لقمان، آیت، ۲۷) کو سات مرتبہ پڑھ کردم کرے۔

آدھے سر کے درد کا علاج

سورۃ الناس سات بار (اول آخر ایک بار درود شریف) پڑھ کر سر پر دم کیجئے اور پوچھیے، اگر ابھی درد باقی ہو تو دوسری بار بھی اسی طرح دم کیجئے۔ اگر اب بھی درد ہو تو تیسری بار بھی اسی طرح دم کیجئے۔ پورے سر کا درد ہو یا آدھے سر کا کیسا ہی شدید درد ہو تین بار میں ان شاء اللہ عزوجل جاتا رہے گا۔

جزام (کوڑھ، برص) اور ہر موذی مرض کا علاج

اَنِّیْ مَسَّنِیَ الضُّرُّ وَاَنْتَ اَرْحَمُ الرّٰحِمِیْنَ ﴿۸۳﴾

پارہ ۱۷ سورۃ انبیاء، آیت ۸۳ کو روزآنہ جب تک آرام نہ آئے جذام کے مریض کو دم کریں، اور مریض کو خود بھی چاہیئے کہ اس کا کثرت سے ورد کرتا رہے، ان شاء اللہ بہت جلد ہی آرام آجائے گا۔

جوڑوں کے درد کا علاج

جس جگہ پر درد ہو اس جگہ کو مضبوط پکڑ کر دس مرتبہ سورۃ فاتحہ اور دس مرتبہ سورۃ کافرون پڑھ کر دم کریں، پھر چھوڑ کر مریض سے دریافت کریں کہ آرام آیا یا نہیں، اگر نہیں آیا تو دوبارہ کریں، اس طرح تین بار کرنے سے ان شاء اللہ آرام آجائے گا۔

طاعون اور ہیضہ کا علاج

سورۃ فاتحہ بمعہ بسم اللہ ۴۱ مرتبہ پڑھ کر دم کرنے سے طاعون اور ہیضہ کے مرض سے شفاء نصیب ہوگی۔ یہ عمل مجرب ہے۔

لقوہ سے حفاظت کا طریقہ

جس شخص کو لقوہ کا مرض ہو یا جو اس مرض سے بچنا چاہتا ہے اسے چاہئے کہ ہر روز اشراق کی نماز کے بعد ایک مرتبہ "سورۃ شمس" (وَالشَّمْسِ وَضُحٰھَا) پڑھ لیا کرے۔

کینسر کا علاج

فجر کی سنتوں کے بعد فرضوں سے پہلے ۴۱ مرتبہ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ پڑھے اور ہر بار الرحیم کی میم کو الحمد کے لام سے ملا کر پوری سورۃ فاتحہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے مریض کو پلا دیں، نہایت ہی مجرّب عمل ہے۔

خارش (الرجی) کا علاج

حضرت امام جعفر صادق رضی اللہ عنہ نے ارشاد فرمایا! سات سات مرتبہ سورۃ قدر پڑھ کر مریض پر دم کرنا خارش کے لئے بہت مفید ہے۔

زہر کے خاتمے کے لئے

وَلَوْ نَشَآءُ لَمَسَخْنٰهُمْ عَلٰى مَكَانَتِهِمْ فَمَا اسْتَطَاعُوْا مُضِيًّا وَّلَا يَرْجِعُوْنَ ۞

روزآنہ گیارہ دن تک اس آیت (پارہ ۲۳ سورۃ یٰس، آیت ۶۷) کو پڑھ کر دم کریں، زہر والی جگہ پر شہادت کی انگلی سے تین بار بسم اللہ الرحمٰن الرحیم لکھیں، ان شاء اللہ زہر جاتا رہے گا اور شفاء نصیب ہوگی۔

اللہ کے دوستوں سے ملاقات کے لئے

رَبَّنَآ اِنَّكَ جَامِعُ النَّاسِ لِيَوْمٍ لَّا رَيْبَ فِيْهِ ؕ اِنَّ اللّٰهَ لَا يُخْلِفُ الْمِيْعَادَ ۞

جو شخص اللہ کے دوستوں سے ملنے کا آرزومند ہو تو وہ اس آیت (پارہ ۳ آل عمران، آیت ۹) کو کثرت سے پڑھے۔

جادو کا اثر نہ ہوگا

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ ۔ وَاُمْلِىْ لَهُمْ ؕ اِنَّ كَيْدِىْ مَتِيْنٌ ۞

پارہ ۹ سورۃ اعراف، ۱۸۳ کو لکھ کر بازو پر باندھیں، اگر کوئی اس شخص پر جادو کرے گا بھی تو اثر نہیں ہوگا۔

بدہضمی سے نجات کے لئے

كُلُوْا وَاشْرَبُوْا هَنِيْٓـًٔا بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُوْنَ ﴿۴۳﴾ اِنَّا كَذٰلِكَ نَجْزِى الْمُحْسِنِيْنَ ﴿۴۴﴾

جس شخص کو بدہضمی کی شکایت ہو تو اس آیت (پارہ ۲۹ سورۃ المرسلٰت، آیت ۴۳، ۴۴) کو پڑھ کر پیٹ پر ہاتھ پھیرنے یا کھانے پر دم کر کے کھانے سے اس مرض سے خلاصی عطا ہوگی۔

حاکم کو مہربان کرنا

كَمْ اٰتَيْنٰهُمْ مِّنْ اٰيَةٍۢ بَيِّنَةٍ ؕ وَمَنْ يُّبَدِّلْ نِعْمَةَ اللّٰهِ مِنْۢ بَعْدِ مَا جَآءَتْهُ فَاِنَّ اللّٰهَ شَدِيْدُ الْعِقَابِ ﴿۲۱۱﴾

جس شخص سے حاکم سخت ناراض ہو یہ آیت (پارہ ۲ سورۂ بقرہ، آیت ۲۱۱) کو تین مرتبہ پڑھ کر حاکم کے سامنے جائے ان شاءاللہ حاکم مہربان ہو جائے گا۔

میاں بیوی میں محبت کے لئے

وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَّتَّخِذُ مِنْ دُوْنِ اللّٰهِ اَنْدَادًا يُّحِبُّوْنَهُمْ كَحُبِّ اللّٰهِ ؕ وَالَّذِيْنَ اٰمَنُوْٓا اَشَدُّ حُبًّا لِّلّٰهِ ؕ وَلَوْ يَرَى الَّذِيْنَ ظَلَمُوْٓا اِذْ يَرَوْنَ الْعَذَابَ ۙ اَنَّ الْقُوَّةَ لِلّٰهِ جَمِيْعًا ۙ وَّاَنَّ اللّٰهَ شَدِيْدُ الْعَذَابِ ﴿۱۶۵﴾

جس عورت کا خاوند ناراض ہو، اس آیت (پارہ ۲ سورۃ بقرۃ، آیت ۱۶۵) کو شیرنی پر اکیس مرتبہ پڑھ کر دم کر کے شوہر کو کھلائے مطیع ہو جائیگا۔

لڑکا گھر سے بھاگ گیا ہو تو

رَبِّ هَبْ لِيْ مِنْ لَّدُنْكَ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً ۚ اِنَّكَ سَمِيْعُ الدُّعَآءِ ﴿۳۸﴾

حضرت خواجہ اجمیری علیہ رحمۃ نے فرمایا ہے کہ اگر کسی شخص کو کوئی مہم درپیش ہو تو یا نیک بخت فرزند کا آرزومند ہو یا کسی کا لڑکا بھاگ گیا ہو تو اس آیت (پارہ ۳ سورۃ آل عمران، آیت ۳۸) کو روزآنہ ۳۳ مرتبہ پڑھیں۔

آسیب دور کرنے کے لئے

وَلَقَدْ فَتَنَّا سُلَيْمٰنَ وَاَلْقَيْنَا عَلٰى كُرْسِيِّهٖ جَسَدًا ثُمَّ اَنَابَ ﴿٣٤﴾

جس شخص پر آسیب ہو اس کے بائیں کان میں سات مرتبہ اس آیت (پارہ ۲۳ سورۃ ص، آیت نمبر ۳۴) مبارکہ کو پڑھیں، ان شاء اللہ آسیب دفع ہو جائے گا۔

ناجائز تعلقات ختم کرنے کے لئے

قُلْ لَّا يَسْتَوِي الْخَبِيْثُ وَالطَّيِّبُ وَلَوْ اَعْجَبَكَ كَثْرَةُ الْخَبِيْثِ ۚ فَاتَّقُوا اللّٰهَ يٰٓاُولِي الْاَلْبَابِ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُوْنَ ﴿١٠٠﴾

اگر کسی عورت کا خاوند کسی غیر عورت سے ناجائز تعلقات رکھتا ہو تو اسے باز رکھنے کے لئے اس آیت (پارہ ۷ سورۃ المائدۃ آیت نمبر ۱۰۰) کو گیارہ دن تک ۱۴۱ پڑھ کر کسی کھانے کی چیز پر دم کر کے کھلائیں، ان شاء اللہ بری عادتیں ختم ہو جائیں گی۔

خاندانی نااتفاقی دور کرنے کے لئے

وَنَزَعْنَا مَا فِيْ صُدُوْرِهِمْ مِّنْ غِلٍّ اِخْوَانًا عَلٰى سُرُرٍ مُّتَقٰبِلِيْنَ ﴿٤٧﴾

سورۃ الحجر آیت نمبر ۴۷، پارہ ۱۴ کو ہر فرض نماز کے بعد گیارہ مرتبہ پڑھ کر آسمان کی طرف منہ کر کے پھونک دیں جب تک کامیابی نہ ہو یہ عمل جاری رکھیں۔

غصہ اور ضد ختم کرنے کے لئے

يٰنَارُ كُوْنِيْ بَرْدًا وَّسَلٰمًا عَلٰٓى اِبْرٰهِيْمَ ﴿٦٩﴾

پارہ ۱۷ سورۃ الانبیاء، آیت ۶۹ کو جس شخص کو غصہ بہت آتا ہو تو یا ضدی ہو، وہ اس آیت کی تکرار کرتا رہے ان شاء اللہ غصہ کم ہو جائے گا۔

رہنے کے لئے مکان نہ ہو تو

وَلَقَدْ مَكَّنّٰكُمْ فِي الْاَرْضِ وَجَعَلْنَا لَكُمْ فِيْهَا مَعَايِشَ ؕ قَلِيْلًا مَّا تَشْكُرُوْنَ ﴿١٠﴾

جس کے پاس گھر نہ ہو وہ اس آیت (پارہ ۸ سورۃ اعراف، آیت ۱۰) کو روزانہ ایک

سوا کاون ۱۵۱ مرتبہ پڑھتا رہے ان شاء اللہ اس کی برکت سے ضرور کامیابی حاصل ہوگی۔

نعمتوں کا دروازہ کھولنے کے لئے

سورۃ فاتحہ تین مرتبہ، سورۃ الم نشرح تین مرتبہ، سورۃ قدر گیارہ مرتبہ، روزانہ پڑھنے سے نعمتوں کے دروازے کھل جاتے ہیں۔

نعمت طلب کرنے کے لئے

رَبِّ اِنِّیْ لِمَاۤ اَنْزَلْتَ اِلَیَّ مِنْ خَیْرٍ فَقِیْرٌ ﴿۲۴﴾

پارہ ۲۰ سورۂ قصص، آیت ۲۴ کو چلتے پھرتے حصول نعمت کو مدنظر رکھتے ہوئے باکثرت پڑھیں۔

جائز باہمی محبت پیدا کرنے کے لئے

وظیفہ

وَاَلَّفَ بَیْنَ قُلُوْبِهِمْ ؕ لَوْ اَنْفَقْتَ مَا فِی الْاَرْضِ جَمِیْعًا مَّاۤ اَلَّفْتَ بَیْنَ قُلُوْبِهِمْ وَلٰكِنَّ اللّٰهَ اَلَّفَ بَیْنَهُمْ ؕ اِنَّهٗ عَزِیْزٌ حَكِیْمٌ ﴿۶۳﴾

پارہ ۱۰، سورۃ الانفال کی آیت نمبر ۶۳ کو روزانہ ہر نماز کے بعد گیارہ مرتبہ پڑھیں۔

چہرہ نورانی بنانے کے لئے

اَللّٰهُ نُوْرُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ ؕ مَثَلُ نُوْرِهٖ كَمِشْكٰوةٍ فِیْهَا مِصْبَاحٌ ؕ اَلْمِصْبَاحُ فِیْ زُجَاجَةٍ ؕ اَلزُّجَاجَةُ كَاَنَّهَا كَوْكَبٌ دُرِّیٌّ یُّوْقَدُ مِنْ شَجَرَةٍ مُّبٰرَكَةٍ زَیْتُوْنَةٍ لَّا شَرْقِیَّةٍ وَّ لَا غَرْبِیَّةٍ ۙ یَّكَادُ زَیْتُهَا یُضِیْٓءُ وَلَوْ لَمْ تَمْسَسْهُ نَارٌ ؕ نُوْرٌ عَلٰى نُوْرٍ ؕ یَهْدِی اللّٰهُ لِنُوْرِهٖ مَنْ یَّشَآءُ ؕ وَیَضْرِبُ اللّٰهُ الْاَمْثَالَ لِلنَّاسِ ؕ وَاللّٰهُ بِكُلِّ شَیْءٍ عَلِیْمٌ ﴿۳۵﴾

پارہ ۱۸ سورۂ نور، آیت ۳۵ کو چہرہ نورانی اور رونق افروز بنانے کے لئے ہر نماز کے بعد ایک مرتبہ پڑھ کر اپنے چہرہ اور جسم پر دم کریں، چہرہ اور دل نورانی ہو جائے گا۔

ظلم سے نجات حاصل کرنے کے لئے

فَقُطِعَ دَابِرُ الْقَوْمِ الَّذِيْنَ ظَلَمُوْا ۭ وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِيْنَ ﴿۴۵﴾

پارہ ۷ سورۂ انعام، آیت ۴۵ کو ظلم دفع کرنے اور ظالم سے نجات پانے کے لئے ہر نماز کے بعد اکیس ۲۱ مرتبہ پڑھیں۔

دل کے آپریشن سے نجات کیلئے

لِاِيْلٰفِ قُرَيْشٍ ﴿۱﴾ اٖلٰفِهِمْ رِحْلَةَ الشِّتَآءِ وَالصَّيْفِ ﴿۲﴾ فَلْيَعْبُدُوْا رَبَّ هٰذَا الْبَيْتِ ﴿۳﴾

الَّذِيْٓ اَطْعَمَهُمْ مِّنْ جُوْعٍ ڏ وَّاٰمَنَهُمْ مِّنْ خَوْفٍ ﴿۴﴾

دل کمزور ہوگیا ہو، دل کے وال بند ہوگئے ہوں، دل کی رگیں بند یا کمزور ہوگئی ہوں، جس کی وجہ سے آپریشن کی ضرورت سے ہوتو سورۃ قریش ایک چینی کی پلیٹ پر زعفران سے لکھ کر مریض کو پلائیں آپریشن کی ضرورت پیش نہیں آئے گی۔

دانت تاحیات خراب نہ ہوں

سَلٰمٌ ۣ قَوْلًا مِّنْ رَّبٍّ رَّحِيْمٍ

روزانہ فجر کی نماز کے بعد اس آیت مبارکہ کو اکیس (۲۱) مرتبہ دونوں ہاتھوں کو دونوں گالوں پر رکھ کر پڑھنے سے دانت تاحیات خراب نہیں ہوں گے۔

مکان خالی کروانے کے لئے

سورۃ مزمل اکیس مرتبہ روزآنہ گیارہ دن تک تلاوت کریں ان شاء اللہ بہت جلد مکان خالی ہوجائے گی۔

حافظ قرآن بھول جاتا ہوتو

وَاِلٰـهُكُمْ اِلٰهٌ وَّاحِدٌ ۚ لَآ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ الرَّحْمٰنُ الرَّحِيْمُ ﴿۱۶۳﴾ اِنَّ فِيْ خَلْقِ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ وَاخْتِلَافِ الَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَالْفُلْكِ الَّتِيْ تَجْرِيْ فِي الْبَحْرِ بِمَا يَنْفَعُ النَّاسَ وَمَآ اَنْزَلَ اللّٰهُ مِنَ السَّمَاۗءِ مِنْ مَّاۗءٍ فَاَحْيَا بِهِ الْاَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا وَبَثَّ فِيْهَا مِنْ كُلِّ دَاۗبَّةٍ ۠ وَّتَصْرِيْفِ

الرِّيٰحِ وَالسَّحَابِ الْمُسَخَّرِ بَيْنَ السَّمَآءِ وَالْاَرْضِ لَاٰيٰتٍ لِّقَوْمٍ يَّعْقِلُوْنَ ۝

حضرت شاہ کلیم اللہ شاہجہان پوری علیہ رحمۃ تحریر فرماتے ہیں: جو شخص سوتے وقت ان آیات (سورۃ البقرۃ، آیت نمبر ۱۶۳، ۱۶۴) کو پڑھ کر سوئے گا وہ قرآن کریم نہیں بھولے گا۔

اگر کسی کو قرآن حفظ نہ ہوتا ہو تو

سورۃ فاتحہ ایک سو ۱۰۰ مرتبہ بعد نماز عشاء پڑھے ان شاء اللہ اس کی برکت سے قرآن کریم حفظ ہو جائے گا۔

بُرے وسوسے دفع کرنے کے لئے

هُوَ الْاَوَّلُ وَالْاٰخِرُ وَالظَّاهِرُ وَالْبَاطِنُ ۚ وَهُوَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيْمٌ ۝

پارہ ۲۷ سورۃ الحدید، آیت ۳ کو اگر کسی کے دل میں برے وسوسے پیدا ہوتے ہوں تو اس آیت کو تین مرتبہ پڑھ کر اپنے دائیں ہاتھ کی ہتھیلی پر دم کر کے سر پر پھیر لیں، ان شاء اللہ وسوسے آنا ختم ہو جائیں گے۔

باغ، کھیت اور مال میں برکت

وَزَيَّنَّا السَّمَآءَ الدُّنْيَا بِمَصَابِيْحَ ۖ وَحِفْظًا ؕ ذٰلِكَ تَقْدِيْرُ الْعَزِيْزِ الْعَلِيْمِ ۝

حضرت خواجہ فخر الدین جیلانی علیہ رحمۃ لکھتے ہیں کہ یہ آیت مبارکہ (پارہ ۲۴ سورۃ حٰم السجدۃ، آیت ۱۲) مال کی حفاظت کے لئے مجرب ہے، جمعہ کے روز ایک سو ایک ۱۰۱ مرتبہ پڑھیں اس کے بعد کسی باغ سے ایک گلاب کا پھول لائیں، پھر عصر کی نماز پڑھ کر یہ کلمات

"اَللّٰهُمَّ افْتَحْ لِيْ اَبْوَابَ رَحْمَتِكَ يَا اَرْحَمَ الرّٰحِمِيْنَ"

گیارہ مرتبہ پڑھ کر گلاب کے پھول پر دم کریں پھول کو مال میں رکھیں اس کے بعد سجدے میں تین مرتبہ یہ کلمات پڑھیں۔

اَللّٰهُمَّ اِنِّيْ اَعُوْذُ بِكَ مِنْ شُرُوْرِ السَّارِقِيْنَ

اس پھول کو اگر باغ یا کھیت میں دفن کریں گے تو کھیت یا باغ میں برکت ہوگی۔

سرسام (دماغ کا بخار) کا علاج

قَالُوْا حَرِّقُوْهُ وَانْصُرُوْٓا اٰلِهَتَكُمْ اِنْ كُنْتُمْ فٰعِلِيْنَ ﴿۶۸﴾ قُلْنَا يٰنَارُ كُوْنِيْ بَرْدًا وَّسَلٰمًا

(پارہ ۱۷، سورۃ انبیاء، آیت ۶۹،۶۸ کو بخار کی شدت کی صورت میں دوسرا شخص باوضو مریض کے سر پر انگشت شہادت رکھے اور اکیس ۲۱ مرتبہ ان آیات کو پڑھ کر مریض پر دم کرے، ان شاء اللہ بخار اتر جائے گا۔

گرمی کے بخار کا علاج

اِنَّ الَّذِيْنَ اتَّقَوْا اِذَا مَسَّهُمْ طٰٓئِفٌ مِّنَ الشَّيْطٰنِ تَذَكَّرُوْا فَاِذَا هُمْ مُّبْصِرُوْنَ ﴿۲۰۱﴾

پارہ ۹ سورۃ الاعراف، آیت ۲۰۱ کو گیارہ مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے مریض کو پلا دیں۔ ان شاء اللہ گرمی کا بخار اتر جائے گا۔

سردی کے بخار کا علاج

فَلَمَّا تَجَلّٰى رَبُّهٗ لِلْجَبَلِ جَعَلَهٗ دَكًّا وَّخَرَّ مُوْسٰى صَعِقًا

پارہ ۹ سورۃ الاعراف، آیت ۱۴۳ کو سات مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے مریض کو پلائیں، ان شاء اللہ شفاء ہوگی۔

پاؤں کے رعشہ کا علاج

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ ○ اَلَا يَظُنُّ اُولٰٓئِكَ اَنَّهُمْ مَّبْعُوْثُوْنَ ﴿۴﴾ لِيَوْمٍ عَظِيْمٍ ﴿۵﴾ يَّوْمَ يَقُوْمُ النَّاسُ لِرَبِّ الْعٰلَمِيْنَ ﴿۶﴾

پارہ ۳۰، سورۃ مطففین، آیت ۴، ۵، ۶ کو اگر پاؤں میں رعشہ ہوگیا ہو تو ایک پاؤ روغنِ زیتون پر تین ہزار مرتبہ یہ آیت پڑھ کر پاؤں کی انگلیوں پر مالش کی جائے، ان شاء اللہ شفاء ہوگی۔

پیاس کی شدت کا علاج

صبح صادق کے وقت دونوں ہاتھوں پر سورۃ فاتحہ پڑھ کر دم کر کے چہرے اور تمام بدن

پر پھیرنے سے اس روز پیاس کا غلبہ نہ ہوگا۔

بار بار پیاس لگنے کا دوسرا علاج

وَ اَنْزَلْنَا مِنَ السَّمَآءِ مَآءًۢ بِقَدَرٍ فَاَسْكَنّٰهُ فِي الْاَرْضِ ۖ وَ اِنَّا عَلٰى ذَهَابٍۭ بِهٖ لَقٰدِرُوْنَ ﴿۱۸﴾

پارہ ۱۸ سورۃ مؤمنون، آیت، ۱۸ کو پانی پر سات مرتبہ دم کر کے پلائیں، بہت جلد فائدہ ہوگا۔

کالی کھانسی کا علاج

اَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ ﴿۱﴾ وَ وَضَعْنَا عَنْكَ وِزْرَكَ ﴿۲﴾ الَّذِيْٓ اَنْقَضَ ظَهْرَكَ ﴿۳﴾ وَ رَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ ﴿۴﴾ فَاِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿۵﴾ اِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿۶﴾ فَاِذَا فَرَغْتَ فَانْصَبْ ﴿۷﴾ وَ اِلٰى رَبِّكَ فَارْغَبْ ﴿۸﴾

اگر کالی کھانسی ہو جائے تو سات دن تک ۱۴۱ مرتبہ اس سورت کو پڑھ کر پانی پر دم کر کے مریض کو پلائی جائے اور اسی کو لکھ کر تعویذ بنا کر گلے میں ڈالا جائے ان شاء اللہ شفاء عطا ہوگی۔

اگر کان بہتا ہو

اگر کسی کا کان بہتا ہو تو پارہ ۳۰ سورۃ اعلیٰ (سَبِّحِ اسْمَ رَبِّكَ الْاَعْلَى) باوضو ہو کر ہر روز تین مرتبہ پڑھ کر مریض کے کان میں دم کرے اللہ تعالیٰ کے کرم سے سات دن کے اندر اندر کان بہنا بند ہو جائیں گے اور شفاء نصیب ہوگی۔

کم سنائی دیتا ہو تو

وَ اِذَا قُرِئَ الْقُرْاٰنُ فَاسْتَمِعُوْا لَهٗ وَ اَنْصِتُوْا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُوْنَ ﴿۲۰۴﴾

پارہ ۹ سورۃ اعراف، آیت ۲۰۴ کو سات مرتبہ پڑھ کر کان میں دم کیا جائے۔ شفاء نصیب ہوگی۔

گردن کے درد کا علاج

اَلْحَمْدُ لِلّٰہِ رَبِّ الْعَالَمِیْنَ۔ حَسْبُنَا اللّٰہُ وَنِعْمَ الْوَکِیْل۔ فَتَبَارَکَ اللّٰہُ أَحْسَنُ الْخَالِقِیْنَ۔ لَاحَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْم۔

ان آیات کو بعد نماز فجر اکتالیس مرتبہ پڑھ کر گردن پر دم کیا جائے ان شاءاللہ درد جاتا رہے گا۔

زبان کی سوجن کا علاج

وظیفہ

اِنَّ اللّٰہَ یُمْسِکُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضَ اَنْ تَزُوْلَا ۚ وَلَئِنْ زَالَتَآ اِنْ اَمْسَکَھُمَا مِنْ اَحَدٍ مِّنْۢ بَعْدِہٖ ؕ اِنَّہٗ کَانَ حَلِیْمًا غَفُوْرًا ﴿۴۱﴾

پارہ ۲۲ سورۃ فاطر، آیت ۴۱ کو اکتالیس ۴۱ مرتبہ پڑھ کر زبان پر دم کیا جائے، ان شاءاللہ سوجن ختم ہو جائے گی۔

دانت ہلنے کا علاج

لفظ "لَا یَعْلَمُوْنَ" ہلتے ہوئے دانتوں کے نیچے لکھ کر رکھنا اور اکیس ۲۱ مرتبہ پڑھ کر دم کرنا مفید ہے۔

دوسرا وظیفہ

مغرب کی نماز کے بعد دو رکعت نفل بنیتِ ایصال ثواب حضرت اویس قرنی رضی اللہ عنہ پڑھے، اور ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد سات مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے۔ ان شاء اللہ دانتوں کا ہلنا بند ہو جائیگا۔

دانت کے کیڑے کا علاج

"یَا اَللّٰہُ یَارَحْمٰنُ یَارَحِیْمُ، اِنَّھُمْ یَکِیْدُوْنَ کَیْدًا، وَّأَکِیْدُ کَیْدًا"

جس کے دانت کو کیڑا لگ گیا ہو ایک کپڑا لے کر اسے زور سے مروڑے اور ساتھ ہی

یہ الفاظ پڑھتا جائے اور دم کرے جس وقت کپڑا اچھی طرح مروڑ جائے تو چھوڑ دے اسی طرح تین مرتبہ کرے ان شاء اللہ آرام آ جائے گا۔

پنڈلی میں درد ہو تو

اَللّٰهُ الَّذِیْۤ اَنْزَلَ الْكِتٰبَ بِالْحَقِّ وَ الْمِیْزَانَؕ وَ مَا یُدْرِیْكَ لَعَلَّ السَّاعَةَ قَرِیْبٌ ﴿۱۷﴾
وَ الْتَفَّتِ السَّاقُ بِالسَّاقِ ﴿۲۹﴾ اِلٰى رَبِّكَ یَوْمَىٕذِ اِ۟لْمَسَاقُ ﴿۳۰﴾

پارہ ۲۵ سورۂ شوریٰ، آیت ۱۷ اور پارہ ۲۹ سورۂ قیامہ، آیت ۲۹، ۳۰ کو نو ۹ مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پلائیں۔ ان شاء اللہ آرام آ جائے گا۔

مردانہ قوت کے لئے

اِنَّ لَكَ فِی النَّهَارِ سَبْحًا طَوِیْلًا ﴿۷﴾

سورۂ مزمل، آیت ۷، پارہ ۲۹ کو روزانہ ایک ہزار ۱۰۰۰ مرتبہ دس دن تک پانی پر دم کر کے پی لیں، ان شاء اللہ قوت بحال ہونا شروع ہو جائے گی۔

درد حلق سے نجات کے لئے

اَوَ لَمْ یَرَ الَّذِیْنَ كَفَرُوْۤا اَنَّ السَّمٰوٰتِ وَ الْاَرْضَ كَانَتَا رَتْقًا فَفَتَقْنٰهُمَاؕ وَ جَعَلْنَا مِنَ الْمَآءِ كُلَّ شَیْءٍ حَیٍّؕ اَفَلَا یُؤْمِنُوْنَ ﴿۳۰﴾ - قَالَ مَنْ یُّحْیِ الْعِظَامَ۔

سورۂ انبیاء، آیت ۳۰ پارہ ۱۷ کو تین مرتبہ دم کر کے درد حلق کے مریض کو پلائیں، ان شاء اللہ آرام آ جائے گا۔

خارش سے نجات کے لئے

فَكَسَوْنَا الْعِظٰمَ لَحْمًاۗ ثُمَّ اَنْشَاْنٰهُ خَلْقًا اٰخَرَؕ فَتَبٰرَكَ اللّٰهُ اَحْسَنُ الْخٰلِقِیْنَ ﴿۱۴﴾

پارہ ۱۸ اِ سورۂ مومنون کی آیت ۱۴ کو گیارہ مرتبہ پڑھ کر خارش والی جگہ پر دم کریں شفا ہوگی۔

کسی پر دل آجائے اس سے رہائی کا نسخہ

يُثَبِّتُ اللّٰهُ الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا بِالْقَوْلِ الثَّابِتِ فِي الْحَيٰوةِ الدُّنْيَا وَ فِي الْاٰخِرَةِ ۚ وَ يُضِلُّ اللّٰهُ الظّٰلِمِيْنَ ۙ وَ يَفْعَلُ اللّٰهُ مَا يَشَآءُ ﴿۲۷﴾

امام غزالی علیہ رحمۃ نے ایک بزرگ سے نقل کیا ہے کہ ایک بار ایک عورت پر میری نظر پڑ گئی، اس سے ایسی بے چینی ہوئی کہ تمام شب نیند نہ آئی آخر شب خفیف سی نیند آئی تو ایک کہنے والے نے کہا کہ (سورۃ ابراہیم، آیت ۲۷) کو پڑھ کر اپنے او پر دم کرو۔ بے چینی ختم ہو جائے گی۔

جانور کے کاٹے کا عمل

اَمْ اَبْرَمُوْۤا اَمْرًا فَاِنَّا مُبْرِمُوْنَ ﴿۷۹﴾ (پارہ ۲۵ سورۂ زخرف، آیت ۷۹)

یہ آیت کریمہ ہر جانور کے کاٹے کے لیے اکسیر ہے، گیارہ بار پڑھ کر کاٹنے کی جگہ دم کرے۔

تلی بڑھ جانے کا علاج

اس آیت کو لکھ کر تلی کی جگہ باندھیں: (جنتی زیور، صفحہ ۲۰۶)

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ، ذٰلِكَ تَخْفِيْفٌ مِّنْ رَّبِّكُمْ وَ رَحْمَةٌ

(پارہ ۲ سورۃ بقرۃ، آیت ۱۷۸)

ناف اتر جانے کا علاج

(الف) اس آیت کو لکھ کر ناف کی جگہ باندھیے۔ (جنتی زیور، صفحہ ۲۰۶)

اِنَّ اللّٰهَ يُمْسِكُ السَّمٰوٰتِ وَ الْاَرْضَ اَنْ تَزُوْلَا ۚ وَ لَئِنْ زَالَتَاۤ اِنْ اَمْسَكَهُمَا مِنْ اَحَدٍ مِّنْۢ بَعْدِهٖ ؕ اِنَّهٗ كَانَ حَلِيْمًا غَفُوْرًا ﴿۴۱﴾ (پارہ ۲۲ سورۂ فاطر: آیت ۴۱)

(ب) تا حصول شفاء روزانہ ایک بار ناف پر ہاتھ رکھ کر اول آخر ایک مرتبہ درود شریف کے ساتھ ذیل کی آیات سات بار پڑھ کر دم کیجیے۔ (یہ عمل مجرب ہے)

هُوَ الَّذِيْۤ اَنْزَلَ عَلَيْكَ الْكِتٰبَ مِنْهُ اٰيٰتٌ مُّحْكَمٰتٌ هُنَّ اُمُّ الْكِتٰبِ وَ اُخَرُ مُتَشٰبِهٰتٌ ؕ فَاَمَّا الَّذِيْنَ فِيْ قُلُوْبِهِمْ زَيْغٌ فَيَتَّبِعُوْنَ مَا تَشَابَهَ مِنْهُ ابْتِغَآءَ الْفِتْنَةِ وَ ابْتِغَآءَ تَاْوِيْلِهٖ ۚ وَ مَا يَعْلَمُ تَاْوِيْلَهٗۤ اِلَّا اللّٰهُ ۘؔ وَ الرّٰسِخُوْنَ فِي الْعِلْمِ يَقُوْلُوْنَ اٰمَنَّا بِهٖ ۙ كُلٌّ مِّنْ عِنْدِ رَبِّنَا ۚ وَ مَا يَذَّكَّرُ اِلَّاۤ اُولُوا الْاَلْبَابِ ۝ رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوْبَنَا بَعْدَ اِذْ هَدَيْتَنَا وَ هَبْ لَنَا مِنْ لَّدُنْكَ رَحْمَةً ۚ اِنَّكَ اَنْتَ الْوَهَّابُ ۝ (پارہ ۳ سورۂ آل عمران: آیت: ۷، ۸)

بخار کا علاج

(الف) اگر بغیر جاڑے کے ہو تو یہ آیت لکھ کر گلے میں باندھے اور اسی کو پڑھ کر دم کیجئے۔ (جنتی زیور، صفحہ ۶۰۶)

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ، قُلْنَا يٰنَارُ كُوْنِيْ بَرْدًا وَّ سَلٰمًا عَلٰۤى اِبْرٰهِيْمَ ۝۶۹

(پارہ ۱۷ سورۂ انبیاء، آیت ۶۹)

(ب) اگر بخار جاڑے کے ساتھ ہو تو یہ آیت لکھ کر گلے میں باندھے۔

(جنتی زیور، صفحہ ۶۰۶)

بِسْمِ اللّٰهِ مَجْرٖىهَا وَ مُرْسٰىهَا ؕ اِنَّ رَبِّيْ لَغَفُوْرٌ رَّحِيْمٌ ۝۴۱ (پارہ ۱۲ سورۂ ہود: آیت ۴۱)

پھوڑا پھنسی

پاک صاف ڈھیلا پیس کر اس پر یہ دعاء تین مرتبہ پڑھ کر تھوکے اور اس مٹی پر تھوڑا پانی چھڑک کر وہ مٹی تکلیف کی جگہ پر دن میں دو چار بار مل لیا کرے، یا چاہے تو پھوڑے پر یہ مٹی لگا کر پٹی باندھ دیں۔

اِنَّهُمْ يَكِيْدُوْنَ كَيْدًا ۝۱۵ وَّ اَكِيْدُ كَيْدًا ۝۱۶ فَمَهِّلِ الْكٰفِرِيْنَ اَمْهِلْهُمْ رُوَيْدًا ۝۱۷

(پارہ ۳۰ سورۂ طارق: ۱۵ تا ۱۷) (جنتی زیور، صفحہ ۶۰۷)

پاگل کتے کے کاٹنے کا علاج

اوپر ذکر کی ہوئی آیت کو روٹی یا بسکٹ کے چالیس ٹکڑوں پر لکھ کر ایک ٹکڑا روز اس شخص کو کھلا دیں، ان شاء اللہ تعالیٰ اس شخص کو باؤلا پن اور ہڑک نہ ہوگی۔ (جنتی زیور، صفحہ ۶۰۷)

پیدائش کا درد سے نجات

پارہ ۳۰ سورۂ انشقاق، آیت ۱ تا ۴ کو ایک پرچے پر لکھ کر کپڑے میں لپیٹ کر عورت کی بائیں ران میں باندھیں، بچہ آسانی کے ساتھ پیدا ہوگا وہ آیت یہ ہے۔

اِذَا السَّمَآءُ انْشَقَّتْ ۙ﴿۱﴾ وَ اَذِنَتْ لِرَبِّهَا وَ حُقَّتْ ۙ﴿۲﴾ وَ اِذَا الْاَرْضُ مُدَّتْ ۙ﴿۳﴾ وَ اَلْقَتْ مَا فِیْهَا وَ تَخَلَّتْ ۙ﴿۴﴾ (جنتی زیور، صفحہ ۶۰۸)

ہیضہ کا علاج

ہر کھانے پینے کی چیز پر سورۂ (اِنَّاۤ اَنْزَلْنٰهُ) پڑھ کر دم کر لیا کریں ان شاء اللہ عزوجل حفاظت رہے گی اور جس کو مرض ہو جائے اس کو بھی کسی چیز پر دم کر کے کھلائیں پلائیں ان شاء اللہ عزوجل شفاء ہوگی۔ (جنتی زیور، صفحہ ۶۰۹)

قے، درد، درد شکم کے لیے

پارہ ۲۳ سورۂ یٰس، آیت ۷۷ کو لکھ کر پلائیں۔

اَوَ لَمْ یَرَ الْاِنْسَانُ اَنَّا خَلَقْنٰهُ مِنْ نُّطْفَةٍ فَاِذَا هُوَ خَصِیْمٌ مُّبِیْنٌ ﴿۷۷﴾

درد اعضاء کے لئے

نماز کے بعد سات بار پارہ ۲۸ سورۂ حشر کی آیت ۲۱:

لَوْ اَنْزَلْنَا هٰذَا الْقُرْاٰنَ عَلٰى جَبَلٍ لَّرَاَیْتَهٗ خَاشِعًا مُّتَصَدِّعًا مِّنْ خَشْیَةِ اللّٰهِ ؕ وَ تِلْكَ الْاَمْثَالُ نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ یَتَفَكَّرُوْنَ ﴿۲۱﴾

پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے درد کی جگہ پر ملے، ان شاء اللہ عزوجل درد جاتا رہے گا۔

احتلام سے حفاظت

احتلام سے بچنے کے لیے (سورۂ نوح پارہ ۲۹) سوتے وقت ایک بار پڑھ کر اپنے اوپر دم کریں۔

فالج ولقوہ

لقوہ وفالج: سورۂ زلزال لوہے (STEEL) کے برتن پر لکھ کر دھو کر پلائی جائے۔
دیگر ترکیب: سورۂ زلزلت لوہے (STEEL) کے برتن میں لکھ کر دیں کہ مریض اس پر دیکھے ان شاء اللہ تعالیٰ صحت ہوگی۔

کوڑھ اور پیلیا

سورۂ "بیّنة" (لَمْ يَكُنِ الَّذِيْنَ) پڑھ کر برص و یرقان (یعنی کوڑھ اور پیلیا) والے پر دم کریں اور لکھ کر گلے میں ڈالیں۔ کھانے پر دونوں وقت یہ سورۃ صحیح خواں (یعنی درست پڑھنے والے) سے پڑھوا کر دم کر کے کھلائیں خدا عزوجل چاہے بہت زیادہ فائدہ ہو۔

خونی وبادی بواسیر کا علاج

ہر قسم کی بواسیر خونی وبادی کے لیے دو رکعت نماز پڑھے پہلی رکعت میں بعد الحمد شریف کے سورۂ الم نشرح، دوسری میں سورۂ فیل اور سلام کے بعد ستر بار کہے:
اَسْتَغْفِرُ اللّٰهَ رَبِّي مِنْ كُلِّ ذَنْبٍ وَّاَتُوْبُ اِلَيْهِ سُبْحٰنَ اللّٰهِ وَبِحَمْدِهٖ
چند روز اسی طرح کرے ان شاء اللہ تعالیٰ بواسیر دفع ہو۔



باب دُوم

وظائف اور دعاؤں سے علاج



بخار سے شفاء

جس کو بخار ہو سات بار یہ دعا پڑھے

بِسْمِ اللّٰهِ الْكَبِيْرِ اَعُوْذُ بِاللّٰهِ الْعَظِيْمِ مِنْ شَرِّ كُلِّ عِرْقٍ نَعَّارٍ وَّمِنْ شَرِّ حَرِّ النَّارِ

(المستدرک للحاکم جلد ۵، صفحہ ۵۹۲، حدیث ۸۳۲۴)

اگر مریض خود نہ پڑھ سکے تو کوئی دوسرا نمازی آدمی سات بار پڑھ کر دم کر دے یا پانی پر دم کر کے پلا دے ان شاء اللہ تعالیٰ بخار اتر جائے گا۔ ایک مرتبہ میں بخار نہ اترے تو بار بار یہ عمل کریں۔ (جنتی زیور، صفحہ ۵۸۰)

آنکھیں کبھی نہ دکھیں

مَرْحَبًا بِحَبِيْبِيْ وَقُرَّةُ عَيْنِيْ مُحَمَّدِ بْنِ عَبْدِاللّٰهِ

سیدنا امام حسن رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے، جو شخص مؤذن کو اَشْهَدُ اَنَّ مُحَمَّدً رَّسُوْلُ اللّٰهِ کہتا سن کر یہ کہے اور اپنے انگوٹھے چوم کر آنکھوں سے لگائے تو نہ کبھی وہ اندھا ہوگا نہ ہی کبھی اس کی آنکھیں دکھیں گی۔ (القاصد الحسنہ، صفحہ ۳۹۱)

رات کو نیند نہ آتی ہو

يَا دَلِيْلَ الْمُتَحَيِّرِيْنَ يَا غِيَاثَ الْمُسْتَغِيْثِيْنَ يَا مُجِيْبَ الدَّعْوَاتِ الْمُضْطَرِيْنَ يَا اِلٰهَ الْعَالَمِيْنَ بِحَقِّ وَاِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ ۝

تین مرتبہ اول آخر آیۃ الکرسی اور درود شریف پڑھیں اور درمیان میں تین مرتبہ یہ دعا پڑھ کر پانی پر دم کر کے مریض کو پلائیں، یہ عمل ۲۱ دن جاری رکھیں۔

نیند نہ آنے کا دوسرا نسخہ

لَآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ الْمُبِيْنُ

رات کو سوتے وقت سو ۱۰۰ مرتبہ درود شریف پڑھے، اس کے بعد ان کلمات کو بار با

پڑھے ان شاء اللہ بہت اچھی نیند آجائے گی۔

گندے امراض سے نجات

یَا مَالِکُ یَا قُدُّوْسُ

ہر روز صبح کی نماز اور مغرب کی نماز کے بعد گیارہ گیارہ مرتبہ ان اسمائے مبارکہ کو پڑھ لینے سے ان شاء اللہ گندے امراض مثلاً بواسیر، ناسور، شرمگاہ یا پردہ کی جگہ کوئی بیماری یا زخم نہ ہوگا۔

اگر بچہ سوکھتا جائے

یَا قَهَّارُ

آدھا سیر سرسوں کا تیل لے کر سامنے رکھا جائے اور باوضو اور بقبلہ ہو کر ایک ہزار مرتبہ یہ اسمِ مبارک پڑھ کر تیل پر دم کیا جائے وہ تیل صبح وشام اکیس دن اس بچے کے جسم پر مالش کیا جائے کہ جو بچہ شیر خوار نہایت دبلا ہو جیسے اکثر بچوں کو سوکھا لگ جاتا ہے، تو ان شاء اللہ جلد تندرست ہو کر توانا ہو جائے گا۔

بچہ کا دودھ چھڑانے کے لئے

یَا مَتِیْنُ

اگر بچہ دودھ چھڑانے کے صدمہ سے روتا ہو اور صبر نہ کرتا ہو تو سات مرتبہ اس نام مبارک کو زعفران سے لکھ کر پانی میں گھول کر بچہ کو پلا دیں، ان شاء اللہ بچہ کو صبر آ جائیگا۔

ماں کا دودھ کم ہونا

یَا مَتِیْنُ

اگر کسی عورت کا دودھ کم ہو گیا ہو تو نو ۹ مرتبہ اس اسم مبارک کو زعفران سے لکھ کر پانی میں گھول کر پلایا جائے، گیارہ دن تک یہ عمل جاری رکھیں، ان شاء اللہ دودھ زیادہ ہو جائیگا۔

اگر حمل ساقط ہو جاتا ہو

یَا مُبْدِئُ

جس اسم مبارک کی خاصیت ہے کہ اگر کسی عورت کا حمل ساقط ہو جاتا ہو تو نوے مرتبہ اس اسم مبارک کو پڑھ کر کلمہ کی انگلی کی مدد سے حاملہ کے پیٹ کے گرد ایک گول دائرہ کھینچیں، یہ عمل سات دن جاری رکھیں، ان شاء اللہ حمل کچا اور بے موقع ساقط نہ ہوگا۔

حاملہ عورت کمزور ہو گئی ہو تو

یَا قَوِیُّ

جس عورت کو حمل برداشت نہ ہوتا ہو یا کمزور ہو جاتی ہو تو ایک سو اکیس ۱۲۱ مرتبہ حاملہ عورت روزانہ پڑھے، ان شاء ایام حمل نہایت آسانی سے گزریں گے اور طاقت وصحت قائم رہے گی۔

خونی بواسیر کا علاج

یَا عَلِیُّ

ایک ہزار مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے مریض کو پلائیں سات دن تک یہ عمل کریں، ان شاء اللہ سات روز میں خون بند ہو جائیگا اور بواسیر بھی ختم ہو جائے گی۔

بچہ صاحب علم کیسے بنے؟

یَا عَلِیْمُ

اکیس مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے چالیس روز تک نہار منہ پلانے سے بچہ صاحب علم اور اس کا حافظہ روشن ہوگا۔

کند ذہن کا علاج

یَا اَللّٰہُ

کند ذہن کو روشن ذہن کرنے کے لئے سات روز یا گیارہ روز یا اکیس روز تک صبح نہار

منہ تازہ روٹی پکا کر اس پر شہادت کی انگلی سے سات مرتبہ یہ اسم مبارک لکھ کر کھلائیں۔

آنکھوں کی سرخی دور کرنے کے لئے

یا عَلِیُّ

سات سو مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کرے اور جس شخص کی آنکھوں میں سرخی نہ جاتی ہو تو اس دم کئے ہوئے پانی کو سلائی سے آنکھوں میں لگائے، ان شاء اللہ تین روز میں سرخی جاتی رہے گی۔

آنکھ میں پانی اتر آنا

اگر آنکھوں میں پانی اترنا شروع ہوا ہو تو "یَا بَصِیْرُ" گیارہ سو مرتبہ مریض پڑھے، اوّل آخر تین مرتبہ یہ درود شریف پڑھے۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ سَیِّدِ السَّاجِدِیْنَ سَیِّدِ الرّٰکِعِیْنَ سَیِّدِ الْکَامِلِیْنَ وَعَلٰی اٰلِہٖ وَاَصْحَابِہٖ اَجْمَعِیْنَ

ان شاء اللہ عزوجل اللہ کے فضل سے چند دنوں میں آنکھوں میں پانی اترنا بند ہو کر شفا حاصل ہوگی، اور چاہئے کہ اس عمل کو جاری رکھے۔

قولنج (وہ درد جو پسلی کے نیچے ہوتا ہے) کا علاج

یا مُقِیتُ

اس اسم مبارک کو ایک سو ۱۰۰ مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے مریض کو پلائیں ان شاء اللہ درد جاتا رہے گا۔

معدہ کے درد سے نجات کیلئے

سورۃ تکویر کی ابتدائی اٹھارہ آیات سات مرتبہ پڑھ کر آب زم زم پر دم کرنا (اگر آب زم زم نہ ملے تو سادہ پانی پر دم کریں) اور پھر پانی کو پی لیں درد میں افاقہ ہوگا۔

آدھے سر کے درد سے نجات کے لئے

سورج نکلنے سے پہلے مریض کے ماتھے پر سات مرتبہ شہادت کی انگلی سے

یَا جَبَّارُ

لکھیں پھر تین دفعہ ماتھا پکڑ کر

یَاجَبَّارُ یَا سَلَامُ

سات سات مرتبہ پڑھ کر دم کریں ان شاء اللہ درد سے نجات ملے گی۔

دردِ سر سے نجات کے لئے

یَامُجِیْبُ

مریض کے سر کو داہنے (سیدھے) ہاتھ سے پکڑ کر "یا مجیبُ" پہلی مرتبہ تین مرتبہ پڑھے، دوسری مرتبہ پانچ مرتبہ پڑھے تیسری مرتبہ سات مرتبہ، چوتھی مرتبہ نو مرتبہ اور پانچویں مرتبہ گیارہ مرتبہ پڑھ کر دم کرے ان شاء اللہ درد سے چھٹکارا مل جائے گا۔

پسلی، کمر اور سر درد سے نجات کیلئے

اگر کسی کو پسلی، کمر، سر میں درد ہو تو دوسرا شخص باوضو ہو کر درد کی جگہ سات مرتبہ "یا اللہ" شہادت کی انگلی سے لکھے دن میں سات مرتبہ اس عمل کو کرتا رہے، ان شاء اللہ درد سے نجات ملے گی۔

سر، آنکھ اور سینے کا درد

یَا مُحْیِی

اگر کسی کے سر، آنکھ اور سینے میں درد ہو تو یہ اسم پاک کو ایک سو اکیس مرتبہ پڑھ کر درد کی جگہ پر دم کر کرے ان شاء اللہ افاقہ ہو گا۔

آنکھوں کا موتیا

یَا رسولَ اللہِ اَغِثْنِیْ وَاَمْدِدْنِیْ فِی قَضَاءِ حَاجَتِیْ یَا قَاضِیَ الْحَاجَاتِ یَاسَاقِی

الْاَمْرَاضِ۔

سیاہ باریک پسے سرمے پر ان کلمات کو گیارہ سو مرتبہ پڑھ کر دم کریں اس سرمے کے استعمال سے ان شاء اللہ موتیا ختم ہو جائے گا۔

بھینگے پن کا بہترین علاج

یَا بَدِیْعَ الْعَجَائِبِ بِالْخَیْرِ یَا بَدِیْعُ

کوئی نیک آدمی بھینگے آدمی کو سامنے بٹھا لے اور اس کی آنکھوں میں آنکھیں ڈال لے، اور مریض کو تاکید کر دیں کہ وہ میری آنکھوں میں دیکھتا رہے گا، پھر ان کلمات کو ایک سو ایک مرتبہ پڑھے اور آہستہ آہستہ پڑھے اسی طرح ساٹھ دن تک یہ عمل رات کو سونے سے پہلے کرے غیر جنس پر یہ عمل نہ کریں، عورت عورت پر کرے اور مرد مرد پر کرے، مجرب المجرب عمل ہے۔

آنکھوں کا درد دُور کرنے کے لئے

هُوَالرَّحْمٰنُ الرَّحِیْم

ان اسماء کو اکیس مرتبہ پڑھ کر آنکھوں پر دم کریں اوّل و آخر تین مرتبہ درود شریف پڑھیں، چند بار یہ عمل کرنے سے درد ختم ہو جائے گا۔

آنکھوں میں درد اور چبکیں پڑنا

هُوَالْاَوَّلُ وَالْاٰخِرُ وَالظَّاهِرُ وَالْبَاطِنُ۔

تیز روشنی دیکھنے یا ویلڈنگ کی وجہ سے آنکھوں میں چبکیں پڑیں اور درد ہو تو عرق گلاب پر ان کلمات کو انیس (۱۹) مرتبہ پڑھ کر دم کر کے آنکھوں میں ڈالیں ان شاء اللہ شفاء ہو گی۔

بے ہوشی دور کرنے کے لئے

یَا جِبْرِیْلُ تَجَلَّلْتَ بِالْجَلَالِ وَالْجَلَالُ

اس عمل کو گیارہ بار پڑھ کر پانی پر دم کریں دم شدہ پانی کے چھینٹے بے ہوش کے چہرے

پر ماریں اگر ایک مرتبہ میں آرام نہ ہو تو دوبارہ اسی طرح کریں مریض ہوش میں آجائے گا۔

جس کا دل بہت کمزور ہو

وظیفہ

یَاقَوِیُّ الْقَادِرُ الْمُقْتَدِرُ قَوِّنِیْ وَ قَلْبِیْ

فضیلت

ہر نماز کے بعد سیدھا ہاتھ دل پر رکھ کر گیارہ مرتبہ اس دعا کو پڑھیں اور پھر سینے پر دم کرلیں، ان شاء اللہ دل مضبوط ہوگا۔

گھبراہٹ اور دل کا ڈوبنا

وظیفہ

یَاسَلَامُ یَا اَللّٰہُ

دل کی بے سکونی یا گھبراہٹ سے دل ڈوبا جارہا ہو تو اس اسم مبارک کو سو ۱۰۰ مرتبہ روزآنہ پڑھے، ان شاء اللہ بے سکونی اور گھبراہٹ دور ہو جائے گی۔

لاعلاج مرض کا علاج

صَلَّ اللّٰہُ عَلَیْکَ یَا شَفِیْعَ الْمُذْنِبِیْنَ سَیِّدِنَا وَمَوْلَانَا اَحْمَدِ مُجْتَبٰی مُحَمَّدِ مُصْطَفٰی وَعَلٰی اٰلِہٖ وَاَصْحَابِہٖ وَاَزْوَاجِہٖ وَاَحْبَابِہٖ وَذُرِّیَاتِہٖ وَاَھْلِ بَیْتِہٖ وَاَھْلِ طَاعَتِکَ اَجْمَعِیْنَ۔

اگر کسی شخص کو کہیں سے بھی شفاء نہ ملے تو روزآنہ تین سو تیرہ ۳۱۳ مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پی لیں، ان شاء اللہ شفاء نصیب ہوگی۔

ہائی بلڈ پریشر سے نجات

وَشِفَاءٌ لِّمَا فِی الصُّدُوْرِ

ہائی بلڈ پریشر کے مریض کو یہ دعا سو ۱۰۰ مرتبہ پانی پر دم کر کے اس پانی کو صبح، دوپہر،

اور شام تین مرتبہ دن میں پلائیں، ساٹھ دن تک یہ عمل جاری رکھیں، ان شاء اللہ شفاء نصیب ہوگی۔

جسم میں خون کی کمی ہوتو

وَصَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ کَمَا یَنْبَغِیْ الصَّلٰوۃُ عَلَیْہِ۔

فضیلت

جسم میں خون کی کمی کے لئے اس درود شریف کو ہر نماز کے بعد پانچ مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پئیں چالیس روز تک یہ عمل کریں، جسم میں وافر مقدار میں اچھا خون پیدا ہوگا۔

منہ کی بدبو زائل کرنے کے لئے

ھُوَالْبَارِئُ لَہُ الْاَسْمَاءُ الْحُسْنٰی

اگر کسی کے منہ سے بدبو آتی ہوتو ان کلمات کو گیارہ مرتبہ پڑھ کر نمک ملے پانی پر دم کر کے غرارہ کرے اس عمل کو صبح سو کر اٹھنے کے بعد اور رات کو سونے سے پہلے دن میں دو مرتبہ کرے، ان شاء اللہ سات روز میں شفاء نصیب ہوگی۔

آواز میں ترنم پیدا کرنے کے لئے

قاری اور نعت خواں حضرات کیلئے بہترین وظیفہ ہے۔ سونے سے پہلے ایک سو اکیس مرتبہ صَلَّی اللّٰہُ عَلَیْہِ وَسَلَّمْ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پیا کریں ان شاء اللہ آواز میں ترنم پیدا ہوگا۔

ہچکی کا علاج

تین سانس میں پانی پئے، اور ہر سانس پر سات مرتبہ ''یا حفیظ'' کہے ان شاء اللہ ہچکی بند ہو جائے گی۔

دمہ (سانس پھولنا) کا علاج

یَاشَکُوْرُ

ایک سو گیارہ مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے مریض کو پلا دیں ان شاء اللہ شفاء ہوگی۔

کسی کے گھر میں اکثر بیماری ہو تو

وظیفہ

اگر کسی کے گھر میں اکثر بیماری رہتی ہو تو جس گلاس سے سب گھر والے پانی پیتے ہوں اس پر روزانہ ایک سو گیارہ مرتبہ اللہ، السلام، الرحمٰن، پڑھ کر دم کریں، اور اس گلاس سے سب کو پانی پلائیں ان شاء اللہ گھر سے بیماری ختم ہو جائے گی۔

ہر بیماری سے محفوظ رہنے کا نسخہ

وظیفہ

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِیْ عَافَانِیْ مِمَّا ابْتَلَاکَ بِهٖ وَفَضَّلَنِیْ عَلٰی کَثِیْرٍ مِّمَّنْ خَلَقَ تَفْضِیْلًا

فضیلت

تاجدار مدینہ، راحت قلب وسینہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جو شخص کسی مصیبت زدہ کو دیکھ کر یہ دعا پڑھے گا وہ اس بلا، مصیبت اور بیماری سے محفوظ رہیگا۔ (بخاری شریف)

مثلاً، فالج، بلڈ پریشر، ہارڈ اٹیک، ایڈز، کینسر، شوگر، دیگر حادثات، ہیپا ٹائیٹس، وغیرہ، یا کسی بھی بیماری میں مبتلا مریض کو دیکھ کر پڑھنے سے خود پڑھنے والا ان شاء اللہ محفوظ و مامون رہے گا۔

درد اور ہارڈ اٹیک سے نجات کا نسخہ

وظیفہ

جو شخص سنت کے مطابق سوئے، (یعنی سیدھے کروٹ پر لیٹے اور اپنا سیدھا ہاتھ سیدھے رخسار کے نیچے رکھے،) اس طرح سونے والے کو کبھی بھی دل کی بیماریاں نہیں ہوں گی۔ اور وہ دل کے درد اور ہارڈ اٹیک سے محفوظ رہے گا۔

اندھے پن سے محفوظ رہنے کا نسخہ

وظیفہ

جو شخص حضور سرور دو عالم ﷺ کے نام مبارک پر اپنے انگوٹھوں کو چوم کر آنکھوں سے

لگانے کا عادی ہوگا، نہ اس کی کبھی آنکھیں دکھیں گی، اور نہ وہ کبھی اندھا ہوگا۔

یرقان کا علاج

یَا حَسِیْبُ

اس اسمِ مبارک کو تین سو ۳۰۰ بار پانی پر دم کر کے اکیس ۲۱ دن تک مریض کو پلائیں ان شاءاللہ یرقان ختم ہو جائے گا۔

بخار اتارنے کا طریقہ

وظیفہ

بخار کے مریض کی پشت پر شہادت کی انگلی سے کلمات اذان لکھیں، ان شاءاللہ فوراً ہی آرام آ جائے گا۔

پاگل پن، کوڑھ، اندھا پن، فالج کا علاج

وظیفہ

سُبْحَانَ اللّٰہِ الْعَظِیْم وَ بِحَمْدِہٖ وَ لَاحَولَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہ۔

فضیلت

جو شخص اس دعا کو فجر کی نماز کے بعد تین مرتبہ پڑھنے کا معمول بنائے گا وہ مذکورہ چاروں بیماریوں سے محفوظ رہے گا۔

دانتوں کے درد کا خاتمہ

اعلحضرت علیہ رحمۃ فرماتے ہیں: جس کے دانتوں میں درد ہو تو وہ وتر کی پہلی رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد سورۃ نصر پڑھے، اور دوسری رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد سورۃ لہب پڑھے، اور تیسری رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد سورۃ اخلاص پڑھے، اس نے ایسا عمل کیا تو ان شاءاللہ اس کے دانت اتنے مضبوط ہو جائیں گے کہ اگر سو سال بھی زندہ رہا تو گنا کھائے گا۔

چہرے کی شادابی کا علاج

یَا اَللّٰہُ ، یَا مُصَوِّرُ ، یَامَلِکُ

اگر چہرہ بے رونق اور سیاہ ہوجائے، یا سیاہی مائل ہوجائے، تو ہر نماز کے بعد ایک سو گیارہ مرتبہ پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے چہرے پر پھیرے، ان اللہ شفاء نصیب ہوگی۔

اگر سر کے بال گرتے ہوں

یَا اَللّٰہُ ، یا بارِئُ ، یا کَبِیْرُ

ہر نماز کے بعد تین سو تیرہ ۳۱۳ مرتبہ پڑھ کر بالوں پر دم کریں۔

کان کے درد سے نجات کے لئے

یاسَمِیْعُ

جب کسی کے کان میں درد ہوتو روئی پر اس اسم مبارک کو دم کر کے روئی کان میں رکھ لے، ان شاء اللہ آرام آجائے گا۔

کمر کے درد سے چھٹکارے کے لئے

یَا اَللّٰہُ، یاحَکِیْمُ

اگر کسی کی کمر میں درد ہوتو پانچوں نمازیں پابندی سے ادا کرے، اور ظہر کی نماز کے بعد ۱۴۱ مرتبہ ان اسمائے مبارکہ کو پڑھیں، ان شاء اللہ درد جاتا رہے گا۔

جوڑوں اور گھٹنوں کا درد ختم کرنے کے لئے

یَا مَالِکُ ، یَاقُدُّوْسُ

ہر نماز کے بعد گیارہ گیارہ مرتبہ پڑھ کر یا ئی ۱۷ مرتبہ پڑھیں، درد ختم ہوجائے گا۔

گیس کی بیماری سے نجات

یَامُحْیِ

جو شخص سات مرتبہ اس اسم مبارک کو پڑھ کر اپنے سینے پر دم کرے تو ان شاء اللہ گیس کی

بیماری سے نجات پائے گا۔

ریڑھ کی ہڈی، جوڑوں کے درد سے نجات

یَاغَنِیُّ

جو شخص چلتے پھرتے اٹھتے بیٹھتے، اس اسم مبارک کا ورد کرے گا، ان شاء اللہ اس کی برکت سے اللہ تعالیٰ اسے ریڑھ کی ہڈی، گھٹنوں، جوڑوں کے درد کے نجات عطا فرمائے گا۔

بھوک کی زیادتی کا علاج

یَا صَمَدُ

تین سو مرتبہ یہ اسم مبارک پڑھ کر کھانے پر دم کر کے کھائیں، ان شاء اللہ بھوک کی زیادتی کم ہو جائے گی۔



باب سوم

قرآن و سنّت کی روشنی میں غذاؤں کی افادیت اور ان سے علاج



حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کا دوا استعمال فرمانا

حضورِ اکرم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) بنی نوع انسان کی روحانی اور جسمانی بیماریوں کے طبیب اعظم ہیں کتبِ احادیث وسیر میں طب نبوی پر مستقل ابواب قائم کئے گئے ہیں جن میں طبیب اعظم، حضور رحمتِ عالم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کے مختلف بیماریوں اور ان کے علاج معالجے کے لئے دواؤں کے متعلق فرمودات درج ہیں۔ ارشادِ نبوی ہے کہ ہر بیماری کی دوا موجود ہے۔ حیاتِ مقدسہ کا مطالعہ کریں تو معلوم ہوتا ہے کہ تاجدارِ کائنات (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے خود بھی دوا استعمال فرمائی۔ علالت کی صورت میں علاج کے مختلف طریقے اور نسخے اختیار فرمائے۔ حضورِ اکرم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کے فرمودات کی روشنی میں حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کے تجویز کردہ طریقہ علاج کو طب نبوی کا نام دیا گیا ہے۔ طب نبوی پیچیدہ طریقہ علاج کی خرابیوں سے بالکل پاک، آسان اور انسانی نفسیات کے عین مطابق ہے۔ حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) قدرتی اشیاء مثلاً جڑی بوٹیوں وغیرہ سے علاج فرمایا کرتے تھے۔ حفظانِ صحت کے جو اُصول آپ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے اولادِ آدم کو عطا فرمائے جدید سائنسی تحقیقات نے ان کو ثابت کیا ہے اور انہی کو اپنائے ہوئے ہے۔

(۱) حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کی خادمہ حضرت سلمٰی رضی اللہ تعالیٰ عنہا فرماتی ہیں:

ما كان يكون برسول الله (صلى الله تعالىٰ عليه وآله وسلم) قرحة ولا نكبة الّا أمرني رسول الله (صلى الله تعالىٰ عليه وآله وسلم) أن أضع عليها الحناء.

ترجمہ: ''حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کو کوئی زخم آتا یا دانہ نکلتا تو آپ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) مجھے اس پر مہندی لگانے کا حکم دیتے''۔ (ترمذی الجامع الصحیح، ۲:۲۶ ابواب الطب رقم: ۲۰۵۴)

(۲) حضور اکرم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے دردِ سر یا کسی اور تکلیف کے پیش نظر سنگیاں بھی لگوائیں۔

حضرت سیدنا ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہما سے روایت ہے:

"أن رسول اللّٰه (صلی اللّٰه تعالیٰ علیه وآله وسلم) احتجم وهو محرم فی رأسه من شقیقة کانت به"۔ (صحیح البخاری، ج۵، ص۲۱۵۶ کتاب الطب رقم ۵۳۷۴)

"رسول اللہ (صلی اللہ علیہ وسلم) نے حالتِ احرام میں دردِ سر کے باعث سرِ اقدس میں سنگیاں (پچھنے) لگوائیں"۔ (سنگیاں (پچھنے) ایک قسم کا چھوٹا آپریشن (MINOR SURGERY) ہے اور پرانے وقتوں میں اس کے ذریعے جسم کے اندر موجود خون کے فاسد مادے خارج کیے جاتے تھے۔)

(۳) حضرت اسامہ بن شریک رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے:

قالت الأعراب: یارسول اللّٰه (صلی اللّٰه تعالیٰ علیه وآله وسلم) ألا نتداوی؟ قال: نعم یا عباد اللّٰه، تداووا، فان اللّٰه لم یضع داء الا وضع له شفاء۔

(ترمذی، الجامع الصحیح، ۴: ۳۸۳ ابواب الطب رقم ۲۰۳۸)

"دیہاتیوں نے عرض کیا: یارسول اللہ (صلی اللہ علیہ وسلم)! کیا ہم وہ علاج معالجہ نہ کیا کریں؟ آپ (صلی اللہ علیہ وسلم) نے فرمایا: کیوں نہیں؟ اللہ کے بندو! دوا کیا کرو کیونکہ اللہ تعالیٰ نے کوئی ایسی بیماری پیدا نہیں کی جس کی شفا کسی علاج میں نہ رکھی ہو"۔

(۴) سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی حدیث مبارکہ میں حضور (صلی اللہ علیہ وسلم) نے فرمایا:

"ماأنزل اللّٰه داء الا أنزل له شفاء"۔ (صحیح البخاری، ۵: ۲۱۵۱ کتاب الطب، رقم: ۳۳۳۹)

ترجمہ:۔ "اللہ تعالیٰ نے جو بھی بیماری اتاری اس کے لئے شفاء اتاری"۔

(۵) حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ایک اور حدیث مبارکہ میں تاجدارِ کائنات (صلی اللہ علیہ وسلم) نے کلونجی کے استعمال کی طبی اہمیت بیان کرتے ہوئے فرمایا:

"علیکم بهذه الحبة السوداء، فان فیها شفاءً من کلّ داءٍ الا السّام والسّام الموت"۔ (ترمذی، الجامع الصحیح، ۴: ۳۸۵ ابواب الطب، رقم: ۲۰۴۱)

ترجمہ:۔ ''اس سیاہ دانے (کلونجی) کو لازماً استعمال کرو اس میں موت کے علاوہ ہر بیماری سے شفاء ہے۔

حضور نبی کریم (صلی اللہ علیہ وسلم) نے جن میسر اشیاء سے علاج فرمایا ان میں سے چند کا بیان کیا جاتا ہے۔



شہد کو عربی زبان میں (عَسل) اور انگریزی میں (Honey) کہتے ہیں۔ اللہ رب العزت نے قرآن کریم کی سورۃ النحل میں شہد اور شہد کی مکھی کا ذکر کر کے گویا شہد کی اہمیت اور خاصیت کا بیان کیا ہے۔ جس غذا کی افادیت اور شفائی خواص کے متعلق قرآن کریم میں بیان کیا گیا ہو اور اس غذا کو حضور (صلی اللہ علیہ وسلم) نے بھی پسند فرمایا ہو اس کے استعمال کو محبوب رکھا ہو اس غذا کے فوائد کے لئے مزید کسی سند کی ضرورت نہیں ہے اللہ تعالیٰ ارشاد فرماتا ہے:

ثُمَّ كُلِي مِن كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًا ۚ يَخْرُجُ مِن بُطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِّلنَّاسِ ۗ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٦٩﴾

ترجمہ کنزالایمان: ''پھر ہر قسم کے پھل میں سے کھا اور اپنے رب کی راہیں چل کہ تیرے لئے نرم و آسان ہیں اس کے پیٹ سے ایک پینے کی چیز رنگ برنگ نکلتی ہے جس میں لوگوں کی تندرستی ہے بیشک اس میں نشانی ہے دھیان کرنے والوں کو''۔

(پارہ ۱۴، سورۃ النحل، آیت ۶۹)

احادیثِ مبارکہ کی روشنی میں شہد کی افادیت

حضور (صلی اللہ علیہ وسلم) کی پیاری غذاؤں میں شہد کا استعمال بھی کثرت سے نظر آتا ہے۔ آپ (صلی اللہ علیہ وسلم) کو شہد بہت ہی پسند تھا اور اس کا شمار مرغوب غذاؤں میں ہوتا ہے پینے والی چیزوں میں حضور (صلی اللہ علیہ وسلم) کو سب سے زیادہ شہد پسند تھا بخاری شریف کی ایک حدیث میں آیا ہے کہ حضور (صلی اللہ علیہ وسلم) نے اپنی زندگی میں شہد کا استعمال رکھا۔

بھلائی کا عنصر

حضرت سیدنا جابر بن عبداللہ رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ میں نے نبی کریم ﷺ کو فرماتے سنا:

"ان کان فی شئ من أدویتکم خیرٍ ففی شرطة محجم،أو شربة عسل".

(صحیح البخاری،٥:٢١٥٢،کتاب الطب،رقم:٥٣٥٩)

ترجمہ:۔"تمہاری دواؤں (اور علاج معالجہ) میں سے کسی چیز میں بھلائی کا اگر کوئی عنصر موجود ہے تو وہ پچھنے لگوانے اور شہد پینے میں ہے۔

حضرت ابوسعید خدری رضی اللہ تعالیٰ عنہ بیان فرماتے ہیں:

"جاء رجل الی النبی(صلی اللہ تعالیٰ علیہ وآلہ وسلم) فقال:ان أخی استطلق بطنه، فقال رسول اللّٰہ(صلی اللہ تعالیٰ علیہ وآلہ وسلم) اسقه عسلا،فسقاه،ثم جاءہ:فقال:انی سقیتة عسلاً فلم یزده الا استطلاقا۔فقال له:ثلث مرات،ثم جاء الرابعة فقال:اسقه عسلا،فقال:لقد سقیته فلم یزده الا استطلاقا۔ فقال رسول اللّٰہ(صلی اللہ تعالیٰ علیہ وآلہ وسلم) صدق اللّٰہ و کذب بطن أخیک فسقاه فبرأ"۔ (صحیح المسلم،٤:١٧٣٦،کتاب السلام رقم:٢٢١٧)

ترجمہ:۔"ایک آدمی حضور(ﷺ) کی خدمت میں حاضر ہوا اور عرض کیا کہ اس کے بھائی کو اسہال ہو رہے ہیں۔رسول اللہ(ﷺ) نے فرمایا:اسے شہد پلاؤ۔وہ پھر آ کر کہنے لگا کہ شہد پینے سے اسہال میں اضافہ ہوا۔آپ(ﷺ) نے فرمایا کہ شہد پلاؤ! تین بار فرمایا۔چوتھی مرتبہ آیا تو پھر ارشاد ہوا کہ اسے شہد پلاؤ۔بولا:شہد پلا چکا مگر تکلیف بڑھتی جا رہی ہے۔اس پر رسول اللہ(ﷺ) نے فرمایا کہ اللہ تعالیٰ نے سچ کہا ہے اور تمہارے بھائی کا پیٹ جھوٹ کہتا ہے۔اس نے پھر شہد پلایا تو مریض تندرست ہو گیا۔"

✪ ہر بڑی بیماری سے نجات

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ روایت کرتے ہیں کہ نبی کریم(ﷺ) نے

فرمایا کہ

”جو شخص ہر مہینہ میں کم از کم تین دن صبح نہار منہ شہد چاٹ لے اس کو اس مہینہ میں کوئی بڑی بیماری نہ ہوگی“۔ (بیہقی، ابن ماجہ شریف)

❁ شفا کے دو مظہر

حضرت عبد اللہ بن مسعود رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ سیدنا رسول کریم (ﷺ) نے فرمایا کہ

”قرآن اور شہد تمہارے لئے دو شفا کے مظہر ہیں“۔ (ابن ماجہ، مستدرک حاکم)

❁ شہد کا شربت

حضرت سیدنا انس رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے فرماتے ہیں کہ میں نے سیدنا رسول کریم (ﷺ) کو شربت پلایا جو شہد، نبیذ کا پانی (یعنی کھجور کا تازہ عرق یا تازہ پھلوں کا رس) اور دودھ کا بنا ہوا تھا۔ (مسلم شریف)

❁ شہد کا تحفہ

حضرت سیدنا جابر بن عبد اللہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے فرماتے ہیں کہ سیدنا رسول کریم (ﷺ) کی خدمت اقدس میں تحفہ کے طور پر شہد آیا، آپ (ﷺ) نے ہم سب کو تھوڑا تھوڑا چاٹنے کے لئے عنایت فرمایا، میں نے اپنا حصہ چاٹ کر مزید مانگا تو آپ (ﷺ) نے عطا فرمایا۔ (ابن ماجہ شریف)

❁ شہد اور گھی کا فالودہ

حضرت سیدنا عبد اللہ ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہما سے مروی ہے، فرماتے ہیں کہ ہم نے ابھی فالودہ کے متعلق نہیں سنا تھا کہ ایک مرتبہ حضور (ﷺ) کے پاس حضرت جبرئیل علیہ السلام تشریف لائے اور فرمایا کہ آپ (ﷺ) کی امت بہت سے ملکوں کو فتح کرے گی اور ان کو بہت زیادہ مال و دولت حاصل ہوگا اور وہ فالودہ کھائیں گے حضور (ﷺ)

نے دریافت کیا کہ یہ فالودہ کیا ہوتا ہے؟ انہوں نے فرمایا کہ گھی اور شہد کو ملا کر بناتے ہیں۔ اس پر نبی کریم (ﷺ) رونے کی آواز نکال کر رو دیئے۔ (ابن ماجہ شریف)

❁ شفاء کے تین ذرائع

حضرت سیدنا ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہما سے روایت ہے کہ سیدنا رسول کریم (ﷺ) نے فرمایا کہ:

''شفاء کے تین ذریعے ہیں شہد کا استعمال، پچھنے لگوانا اور داغ دینے سے میں اپنی امت کو روکتا ہوں''۔ (بخاری و مسلم شریف)

❁ شہد کی پسندیدگی

حضرت سیدتنا عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے روایت ہے، فرماتی ہیں کہ سیدنا رسول کریم (ﷺ) حلوہ اور شہد کھانا پسند فرماتے تھے۔ (بخاری و مسلم شریف)

❁ شہد سے علاج

اللہ تعالیٰ نے شہد میں شفا رکھی ہے اس کے استعمال سے امراض کا شافی علاج ثابت ہے۔ بہت سے امراض شہد کے استعمال سے دور ہو جاتے ہیں بلاشبہ شہد شفا بھی ہے اور دوا بھی۔ ذیل میں اسی حوالے سے بیان کیا جاتا ہے کہ شہد سے کس طرح امراض کا علاج ممکن ہے اس کے غذائی اور شفائی خواص سے فوائد حاصل ہوتے ہیں اور شہد کے استعمال سے انسان تندرست و توانا رہتا ہے۔

❁ اِسہال (دست، Dysentery, Cholera) کا علاج

حضرت سیدنا ابوسعید خدری رضی اللہ تعالیٰ عنہ روایت فرماتے ہیں کہ:

''ایک شخص نبی کریم (ﷺ) کی خدمت اقدس میں حاضر ہوا اور بیان کیا کہ اس کے بھائی کو اسہال ہو رہے ہیں رسول اللہ (ﷺ) نے فرمایا کہ اسے شہد پلاؤ، کچھ دیر بعد وہ پھر حاضر ہوا اور کہا کہ اسہال میں زیادتی ہو گئی ہے، فرمایا: شہد پلاؤ۔ کچھ دیر بعد پھر حاضر

ہوا کہ مزید زیادتی ہوگئی ہے۔فرمایا: شہد پلاؤ۔(چوتھی دفعہ) پھر حاضر ہوا اور شکایت کی تو رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: شہد پلاؤ کیونکہ اللہ تعالیٰ نے سچ کہا ہے اور تمہارے بھائی کا پیٹ جھوٹ کہتا ہے اس نے پھر شہد پلایا تو مریض تندرست ہوگیا"۔(بخاری ومسلم)

اس حدیث پاک سے معلوم ہوا کہ شہد غذا بھی ہے اور علاج بھی حضور (ﷺ) کا اسہال کے مریض کے لئے شہد تجویز کرنا حکمت سے خالی نہیں ایک مرتبہ مریض کو شہد پلانے سے بیماری پیدا کرنے والے جراثیم ختم نہیں ہوسکتے تھے تین مرتبہ جب شہد پلایا گیا تو وہ جراثیم ہلاک ہوگئے اور چوتھی مرتبہ شہد پلانے سے جراثیم اور دیگر زہریلا مواد اس کے پیٹ سے نکل گیا اور مریض صحت یاب ہوگیا۔

یہاں معلوم ہونا چاہیے کہ بعض اطباء نے طب نبوی اور طب جالینوس میں حتی الامکان مطابقت پیدا کرنے کی کوشش کی ہے مگر حقیقت میں دونوں طریقوں میں بڑا فرق ہے کیونکہ طب نبوی وحی الٰہی ہے اور دوسری طب صرف ذہنی سوچ اور تجربہ سے تعلق رکھتی ہے اس لئے دونوں طریقوں میں زمین وآسمان کا فرق ہے طب نبوی سے وہی لوگ شفایاب ہوسکتے ہیں جن کا ایمان مضبوط اور اعتقاد محکم ہو بعض ملحدین کا یہ اعتراض ہے کہ شہد تو دست آور ہے اس لئے دست روکنے میں کیسے کارآمد ہوگا تو اس کا جواب یہ ہے کہ دست کبھی تو بدہضمی کی وجہ سے آتے ہیں اور کبھی معدے میں فاسد مادے جمع ہونے کی وجہ سے دستوں کی شکایت لاحق ہوجاتی ہے فاسد مادے کی وجہ سے جب دست آتے ہیں تو ایسی صورت میں دست بند کرنا مضر ہوگا ایسی صورت میں دستوں کے ذریعے فاسد مادے کا اخراج کرنا ضروری ہے اور اس کے نکالنے کے لئے خصوصاً گرم پانی میں شہد ملا کر دینا مفید ہوتا ہے اسی لئے حضور (ﷺ) نے فرمایا کہ جا کر مریض کو شہد پلاؤ تا کہ اس کا مادہ خارج ہوجائے اور وہ تندرست ہوجائے۔

اس حدیث پاک کے تحت بیان کرتے ہوئے "طب نبوی" کے مصنف حافظ اکرام الدین واعظ فرماتے ہیں کہ سیدنا رسول کریم (ﷺ) نے جو یہ فرمایا کہ اللہ تعالیٰ سچا ہے

اور تیرے بھائی کا پیٹ جھوٹا ہے تو اس کا مفہوم یہ ہے کہ حضور اکرم (ﷺ) کو وحی کے ذریعے معلوم ہو گیا تھا کہ اس شخص کے پیٹ میں کوئی خراب مادہ جمع ہو گیا ہے اور دستوں کے ذریعے اس کا اخراج ضروری تھا اور شہد چونکہ مسہل ہے اس لئے آپ (ﷺ) کو یقین تھا کہ اس طریقے سے اس شخص کو اسہال کے عارضہ سے صحتیابی مل جائے گی اور پھر وہی ہوا کہ شہد پلانے سے مریض تندرست ہو گیا۔

❁ بیماری کی دوا

حضرت سیدنا خشرم بن حسان بن عامر بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ بیان فرماتے ہیں کہ میں بیمار ہوا تو حضورِ اکرم (ﷺ) کی خدمت اقدس میں پیغام بھیجا کہ مجھے دوا اور دعا سے فیض یاب فرمائیں، حضور اکرم (ﷺ) نے اس کے جواب میں مجھے شہد کی کپی روانہ فرمائی۔ (ابن عساکر، ابن ابی شیبہ)

❁ تمام بیماریوں کا علاج

حضرت سیدنا انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ حضورِ انور (ﷺ) نے فرمایا کہ:

''اپنی حلال کی کمائی کے درہم سے شہد خرید کر اسے بارش کے پانی میں ملا کر پینا تقریبا تمام بیماریوں کا علاج ہے''۔ (مسند فردوس)

❁ بہترین علاج

حضرت سیدنا جابر بن عبد اللہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ سیدنا رسول کریم (ﷺ) نے فرمایا کہ:

''علاجوں میں تمہارے لئے بہترین علاج پچھنے لگوانا اور شہد کھانا ہے''۔ (بخاری شریف)

❁ پھنسی اور زخم کا علاج

علامہ جلال الدین سیوطی رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ حضرت سیدنا عبد اللہ بن عمر رضی اللہ تعالیٰ

عنہما کا یہ واقعہ آپ کے غلام حضرت سیدنا نافع رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے حوالے سے بیان فرماتے ہیں کہ:

"وہ جب بھی بیمار ہوئے یا ان کو کوئی زخم ہوتا فوری طور پر علاج کرتے حتیٰ کے اگر ان کو کوئی پھنسی بھی نکلتی تو اس پر شہد لگاتے تھے ہم نے ایک روز حیرانی کے عالم میں پوچھا کہ کیا آپ پھنسی پر شہد لگاتے ہیں؟ فرمایا کیا اللہ تعالیٰ نے یہ نہیں فرمایا کہ اس میں لوگوں کیلئے شفا ہے"۔

❁ شفایابی

جامع الاصول میں حضرت سیدنا عبداللہ بن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہما کے حوالے سے یہ ذکر کیا گیا ہے کہ آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہ یہ فرماتے تھے کہ قرآن پاک کی کوئی بھی آیت لکھ کر اس پر شہد لگائیں اور پھر اس کو چاٹ لیں تو شفا ہو جائے گی۔

❁ مرض سے شفا

حضرت سیدنا علی کرم اللہ تعالیٰ وجہہ الکریم فرماتے ہیں کہ تم میں سے جب کوئی بیمار ہو تو اپنی بیوی سے تین درہم یا اس سے کچھ کم لے کر اس کا شہد خرید کر لائے پھر اس میں آسمان کا پانی ملا کر ان کو خلوص دل سے پی لے یہ شفا بھی ہے اور مبارک بھی۔

(ابن المنذر، ابن ابی حاتم، احمد بن الفرات)

❁ جملہ امراض کا شہد سے علاج

اطباء قدیم میں سے حکیم جالینوس کا کہنا ہے کہ شہد بیشتر امراض کی کامیاب دوا ہے۔

اطباء میں سے امراضِ قلب کے مشہور ڈاکٹر کرچ کا کہنا ہے کہ دل کے مرض کو دور کرنے اور دل کی تقویت کو بحال رکھنے میں شہد سے بہتر کوئی دوا نہیں ہے۔

مشہور تاریخ دان اور مورخ پلوتارک لکھتے ہیں کہ قدیم برطانیہ کے لوگوں کی لمبی عمروں کا راز صرف شہد کے استعمال میں مضمر تھا۔ ایک اور ماہر ڈاکٹر آرنلڈ لورینڈ کا کہنا ہے کہ شہد انسانی اعصاب اور دل کو طاقت دینے کے لئے قدرت کا انمول عطیہ ہے۔

دل ودماغ، اور حافظہ کی کمزوری کا علاج

دماغی کام کرنے والے افراد کیلئے شہد کا استعمال بہترین ٹانک دودھ میں شہد ملا کر پینے سے حافظہ بہتر ہو جاتا ہے دماغ کو قوت حاصل ہوتی ہے حافظے کی کمزوری ختم ہو جاتی ہے سرسام (ایک ایسی بیماری جس سے دماغ میں ورم آجاتا ہے) کے مرض میں شہد کا استعمال فائدہ دیتا ہے۔

دل کو تقویت دیتا ہے۔ دل ودماغ کی کمزوری کو دور کرتا ہے اور دماغ کی یادداشت کو تیز کرتا ہے۔ مرض نسیان میں فائدہ مند ہے۔ شہد امراضِ قلب کے لئے بھی بہترین ہے طبیعت میں گھبراہٹ اور اختلاج کی کیفیت کو ختم کر دیتا ہے۔

بال جھڑنا، نزلہ وزکام، قوت باہ کا علاج

شہد کا سب سے بڑا فائدہ انسانی جسم کو یہ ہوتا ہے کہ اس کے استعمال سے کوئی نقصان نہیں ہوتا نزلے اور زکام کی حالت میں ایک کپ گرم پانی میں ایک چمچہ شہد اور آدھا لیموں نچوڑ کر پینے سے افاقہ ہوتا ہے۔ نزلے اور زکام میں بھی اس کا استعمال مفید ہے۔ پرانے سر درد اور دائمی نزلہ کی کیفیت کو ختم کر کے آرام پہنچاتا ہے۔

شہد کے کھانے سے سر کے بال جھڑنا بند ہو جاتے ہیں وقت سے پہلے سفید ہونے والے بالوں کو روکتا ہے۔

قوت باہ (قوت مردی، قوت جماع) کے لئے اکسیر کی حیثیت رکھتا ہے۔

دبلے جسم، طبیعت میں بے چینی، سستی، دم گھٹنا کا علاج

شہد اعصاب کو طاقت دیتا ہے دبلے جسم والوں کیلئے شہد کا استعمال انتہائی مفید ہے۔

طبیعت میں بے چینی، سستی کاہلی پائی جائے تو دو چمچ شہد چاٹ لینے سے آرام آجاتا ہے دل کو سکون اور طاقت حاصل ہو جاتی ہے سکتہ (غلیظ مواد کی گانٹھ دماغ کے اندر ہو جانے سے آدمی بے حس و بے حرکت ہو جاتا ہے) اور اختناق (دم گھٹنا، حلق میں ورم آجانا) کے مریض اگر شہد کا استعمال مسلسل جاری رکھیں تو ان کو افاقہ ہوگا شہد بلغمی امراض میں بھی فائدہ

مند ہے انتشار قلب کی کیفیت میں فائدہ بخش ہے۔

آنکھوں کی مختلف بیماریوں کا علاج

امراضِ چشم میں شہد کا استعمال فوری فائدہ کرتا ہے اس کی ایک سلائی لگانے سے آنکھوں سے پانی بہنا بند ہو جاتا ہے آنکھوں میں کسی قسم کا بھی درد ہو دور ہو جاتا ہے شہد آنکھوں میں ڈالنے سے بینائی میں تیزی آجاتی ہے آنکھوں کی چمک میں اضافہ ہو جاتا ہے موتیابند کی ابتداء میں شہد آنکھوں میں لگانے سے اترتا ہوا موتیا، رک جاتا ہے آنکھوں کے دیگر پرانے امراض میں بھی اس کا استعمال فائدہ مند ہے معدے کے لئے بہترین ٹانک ہے آشوب چشم کے مرض کو دور کرتا ہے آنکھوں میں دھند اور جالے کی کیفیت کو رفع کرتا ہے۔ اگر آنکھوں میں پھنسی یا زخم ہو جائے تو پیاز کے رس میں شہد ملا کر سلائی سے آنکھوں میں لگائے چند دنوں میں ہی آرام آجائے گا۔

بلغمی دمہ، نمونیا، کھانسی کا علاج

صبح و شام شہد چاٹنے سے پھیپھڑوں کو تقویت ملتی ہے بلغمی دمے کے مرض میں فائدہ دیتا ہے سینے میں موجود بلغم اس سے دور ہو جاتا ہے شہد پینے سے غذا کو ہضم ہونے میں مدد ملتی ہے جسم کے فاسد مادوں کو خارج کرنے کے لئے بہترین علاج ہے اس سے بلغمی کھانسی کو آرام آجاتا ہے تنگی سے سانس لینے کی کیفیت دور ہو جاتی ہے۔

ذات الجنب: Pneumonia (پسلی کا درد) اور نمونیا (ایک ایسا مرض جو سردی لگ جانے، کھانسی ہو جانے، اور گلا خراب ہو جانے سے لاحق ہوتا ہے۔ اس میں پھیپڑے کے کسی حصہ میں ورم ہو جاتا ہے، جس سے ہوا وہاں داخل نہیں ہو سکتی اور مریض کو سانس لینے میں سخت تکلیف ہوتی ہے) اس مرض میں شہد کا استعمال بہت فائدہ مند ہے شدید سردی میں چھوٹے بچوں کو شہد چٹانے سے نمونیہ کے مرض سے نجات ملتی ہے دائمی کھانسی کے لئے اس کا استعمال انتہائی فائدہ مند ہے۔

بھوک، پاگل پن، دانتوں، قبض، گردے، پیشاب کی رکاوٹ کا علاج

شہد جسمانی قوتوں کو طاقت دے کر فعال بناتا ہے معدے اور بدن کو قوت پہنچاتا ہے شہد کے استعمال سے بھوک نہ لگنے کی کیفیت دور ہو جاتی ہے۔

باؤلے پن کی حالت میں فائدہ مند ہے شہد کو دانتوں پر منجن کی طرح لگایا جائے تو دانتوں کی حفاظت کرتا ہے میل اتار کر چمکدار اور شفاف کر دیتا ہے پائیوریا (PHYORRHEA) (دانتوں کا ایسا مرض جس میں مسوڑھوں سے بدبودار پیپ نکلتی ہے، جس کی وجہ سے منہ میں سخت بدبو پیدا ہو جاتی ہے) جیسے مرض کو دور کر کے مسوڑھوں کو قوت بخشتا ہے۔ نہار منہ شہد پانی میں گھول کر پینے سے جسم کے فاسد مادے خارج ہو جاتے ہیں قبض کی حالت کو دور کر کے پیٹ کی بیماریوں میں آرام پہنچاتا ہے۔ قبض تمام بیماریوں کی بنیاد تصور کی جاتی ہے شہد کا مسلسل استعمال کرنے والے افراد کے لئے شہد قبض کی حالت میں اکسیر کی حیثیت رکھتا ہے ایک کپ نیم گرم پانی میں شہد کا چمچ ملا کر پینے سے دائمی قبض سے نجات حاصل ہو جاتی ہے سوزاک (پیشاب کا جلن کے ساتھ آنا اور پیپ کا بہنا) کے مرض میں مبتلا افراد شہد کا استعمال کریں تو ان کو اس مرض سے نجات مل جائے گی گردے کے مرض اور عسر البول (پیشاب کی رکاوٹ) کے عارضہ میں افاقہ کرتا ہے مثانے اور گردے کی پتھری کو خارج کرتا ہے۔

السر، دیگر زخم، پھوڑے پھنسیوں، جگر، عرق النساء، شوگر کا علاج

آنتوں کے ورم اور یرقان (Jaundice) کی حالت میں شہد کا استعمال آرام پہنچاتا ہے شہد کو آٹے میں ملا کر مرہم کی طرح زخموں اور پھنسیوں پر لگانے سے زخم جلد بھر جاتے ہیں اگر چہرے پر کیل، مہاسے اور جھائیاں ہوں تو سرکہ میں شہد ملا کر لگانے سے دھبے دور ہو جاتے ہیں۔

اگر شہد کو گلاب کے خالص عرق میں ملا کر بالوں میں لگایا جائے تو بالوں کی چمک میں اضافہ ہو جاتا ہے۔

عرق النساء کے عارضہ میں شہد کے مرہم کا لیپ فائدہ دیتا ہے۔
عام طور پر ہر قسم کی مٹھاس شوگر کے مریضوں کے لئے نقصان دہ ہوتی ہے مگر یہ خاصیت اللہ تعالیٰ نے صرف شہد میں رکھی ہے کہ شوگر کے مریض اگر شہد کا استعمال بطور مٹھاس کریں تو ان کو اس سے کوئی نقصان نہیں ہوتا معدے کے السر میں مبتلا مریض شہد کا استعمال کریں تو ان کو افاقہ ہوگا جگر کے امراض میں شہد پینے سے بہت ہی اچھا نتیجہ نکلتا ہے جوڑوں کے درد تھکان اور کمزوری کی حالت میں شہد کا استعمال فائدہ مند ہے ٹی بی کے مریضوں کے لئے بھی شہد اکسیر کی حیثیت رکھتا ہے۔

امراض نسواں، جوڑوں کا درد، گلے کی گلٹیوں کا علاج

امراض نسواں میں بھی شہد کا استعمال فائدہ مند ہے زچگی سے پہلے اور بعد کی حالت میں شہد چاٹنے سے رحم کے امراض کو آرام آجاتا ہے درد اور جلن کی کیفیت ختم ہو جاتی ہے۔
گٹھیا (جوڑوں کا درد) کے مریضوں کے لئے شہد کا استعمال فائدہ مند ہے۔
شیر خوار بچوں کو شہد چٹانے سے ان کی جسمانی نشوونما پر اچھا اثر پڑتا ہے۔
شہد میں دار چینی کا عرق ملا کر چاٹنے سے ہر قسم کے درد سے افاقہ ہو جاتا ہے۔
کمر درد کے لئے اخروٹ کی گری کے ساتھ شہد کا کھانا کمر درد سے نجات دیتا ہے۔
جو بچے سوتے ہوئے بستر پر پیشاب کر دیتے ہیں ان کے لئے شہد کا استعمال فائدہ مند ہے۔ کنٹھ مالا (گلے کا مرض جس میں گلے میں گلٹیاں نکل آتی ہیں) کے مرض میں مبتلا افراد شہد پینے سے شفایاب ہو جاتے ہیں۔
شہد گھول کر پینے سے ریح اور بادی کے درد سے نجات مل جاتی ہے۔
بکری کے دودھ میں شہد ملا کر پینے سے جذام اور کوڑھ کے مرض سے فوری آرام آجاتا ہے۔
شہد میں لیموں کا رس ملا کر نہار منہ پینے سے موٹاپے کی کیفیت ختم ہو جاتی ہے۔
آگ سے جلے ہوئے زخم پر شہد لگانے سے آرام آجاتا ہے۔

اگر کسی کے حلق میں ورم آجانے کے سبب آواز بیٹھ جائے تو وہ شہد چاٹ لے افاقہ ہوگا۔

اکثر افراد سوتے ہوئے دانت پیستے ہیں یہ بہت ہی بری عادت ہے اس عادت میں مبتلا افراد ہر روز سونے سے قبل دو چمچ شہد چاٹ لیا کریں تو ان کی یہ عادت ختم ہو جائے گی جن بچوں کے دانت نکل رہے ہوں شہد کو مکھن میں ملا کر بچوں کو چٹائیں اور مسوڑھوں پر بھی لگائیں اس سے بچوں کو دانت نکلنے میں آسانی اور سہولت ہوگی۔

شہد کا استعمال کرنے والے کو کھٹی ڈکاریں نہیں آتیں اور بدہضمی کی کیفیت پیدا نہیں ہوتی دمہ کے مرض میں مبتلا افراد شہد میں مولی کا نمک ملا کر چاٹیں تو ان کو جلد شفا ہوگی شہد میں مولی کا خشک چھلکا پیس کر ملانے سے سانپ کے کاٹے افراد کو چٹائیں تو زہر کا اثر فوراً زائل ہو جاتا ہے۔

احتلام اور لیکوریا کے مریض شہد کا استعمال کریں تو ان کے لئے فائدہ مند ہے شہد میں پسی ہوئی ملٹھی ملا کر کھانے سے لیکوریا کا خاتمہ ہو جاتا ہے۔

گاؤزبان (ایک بوٹی جس کے پتوں پر گائے کی زبان کی طرح ابھار ہوتے ہیں)۔ کے عرق میں شہد ملا کر پینے سے فالج اور لقوہ (ایسا مرض جس میں منہ ٹیڑھا ہو جاتا ہے) کے مریضوں کو فائدہ ہوتا ہے اگر شہد میں کالے چنوں کا پانی بھی ملا کر پیا جائے تو اس سے بھی فالج اور لقوہ (ایسا مرض جس میں منہ ٹیڑھا ہو جاتا ہے) کے مریضوں کو فائدہ ہوتا ہے۔

اگر شہد میں تازہ اخروٹ کی گریاں ملا کر ایک برتن میں چالیس یوم تک رکھنے کے بعد استعمال کی جائے تو گردے کے مرض میں فائدہ ہوتا ہے اور منی کو گاڑھا کرتا ہے شہد کو گائے کے دودھ میں ملا کر پینے سے گردوں میں موجود زخموں کو آرام آجاتا ہے اور گردوں کے گرد پائی جانے والی فاضل چربی بھی زائل ہو جاتی ہے اگر گاؤزبان (ایک بوٹی جس کے پتوں پر گائے کی زبان کی طرح ابھار ہوتے ہیں۔) میں شہد ملا کر پیا جائے تو اس سے گردے کے درد میں شفا حاصل ہو جاتی ہے۔

منہ کے چھالوں کے لئے شہد میں سہاگہ بریاں کر کے لگائیں اور چاٹیں یا چھالوں پر

لگائیں اس سے فوری آرام آجاتا ہے شہد میں خوردنی نمک ملا کر جہاں چوٹ لگی ہو اور خون جم گیا ہو وہاں لیپ کریں تو اس مقام کی نیلاہٹ دور ہو جاتی ہے خناق اور آتشک کے مرض میں بھی شہد کا استعمال مفید ہے جن افراد کو بار بار پیاس لگتی ہو وہ دن میں تین مرتبہ ایک کپ پانی میں شہد ملا کر پئیں تو ان کی تشنگی کی کیفیت دور ہو جاتی ہے۔

حضور اکرم نور مجسم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے شہد کی غذائی اور شفائی اہمیت وافادیت بیان کر کے انسان کے لئے ایک ایسی غذا اور دوا تجویز کی ہے کہ جس کے استعمال سے انسانی جسم نہ صرف اندرونی امراض سے محفوظ ہو جاتا ہے بلکہ بیرونی طور پر بھی جسم پر اس کا استعمال خوشگوار اور صحتمندانہ تبدیلیاں لاتا ہے شہد کا استعمال انسان کی درازی عمر کا سبب ہے اس کا مسلسل استعمال چہرے کے حسن کو بڑھانے اور عام چہروں میں حسن بخش تاثر دے کر کشش پیدا کرتا ہے جس سے انسان کے چہرے کی رونق بڑھ جاتی ہے۔ بلاشبہ شہد کی اہمیت کو اطباء قدیم سے لے کر آج تک کے جدید دور کے ڈاکٹروں سائنس دانوں اور حکیموں نے تسلیم کیا ہے اور کسی صورت میں بھی شہد کی افادیت کا انکار نہیں کیا جب سے شہد کی افادیت کے اسرار انسانوں پر کھلنا شروع ہوئے ہیں اس وقت سے لے کر آج تک شہد کا استعمال مختلف صورتوں میں ہوتا آرہا ہے کبھی شہد کو غذا کے طور پر اور کبھی امراض میں شفا کے لئے اس کا استعمال آج بھی مانا جارہا ہے۔

❁ خالص شہد کی پہچان

چونکہ فی زمانہ ہر چیز میں ملاوٹ کی وبا عام طور پر کچھ زیادہ ہی پھیلتی جارہی ہے اسلئے کسی بھی چیز کے معیار کو پرکھنے کے لئے اس کی اصلی پہچان کے لئے کئی طریقے پائے جاتے ہیں اسی طرح شہد کے اصلی ہونے کی پہچان کے چند طریقے درج ذیل ہیں:

(۱) شہد کے چند قطرے پانی کے گلاس میں ٹپکائیں اگر وہ قطرے اسی حالت میں گلاس کے پیندے پر پڑے رہیں تو خالص شہد ہے اسی لئے کہ شہد آسانی کے ساتھ پانی میں حل نہیں ہوتا جبکہ شیرہ یا شربت کے قطرے پیندے تک پہنچنے سے پہلے ہی ٹوٹ جاتے ہیں۔

(۲) نمک کی ڈلی کو شہد پر رگڑیں پھر شہد چکھیں اگر شہد کا ذائقہ نمکین محسوس نہ ہو تو شہد خالص ہے۔

(۳) ایک کاغذ یا کپڑے پر شہد کا قطرہ ڈال کر اسے ترچھا کریں اگر شہد کا قطرہ کاغذ یا کپڑے پر لگے بغیر پھسل جائے تو شہد خالص ہے۔

(۴) شہد کو ایک کاغذ پر ڈالیں پھر پینسل کے ساتھ شہد کی لکیر بنائیں اگر شہد نہ پھسلے تو شہد خالص ہے۔

(۵) شہد کو روٹی پر لگائیں اور پھر بھوکے کتے کے آگے ڈالیں اگر شہد خالص ہوگا تو کتا نہیں کھائے گا کیونکہ کتا شہد نہیں کھاتا۔

❁ شہد کے مجرب و آزمودہ آسان نسخہ جات

کسی بھی حوالے سے شہد کی اہمیت وافادیت سے انکار ممکن نہیں ہر طرح سے اس کا استعمال فائدہ پہنچاتا ہے شہد میں رکھی ہوئی اشیاء تادیر اپنی اصلی حالت پر قائم رہتی ہیں اور مدت تک خراب نہیں ہوتیں کیونکہ شہد جراثیم و کرم کش ہوتا ہے تازہ پھلوں کو دیر تک ان کی اصلی حالت پر قائم رکھنے کے لئے شہد میں محفوظ کیا جائے تو تازہ پھل مدت تک اپنی اصلی حالت پر قائم رہتے ہیں زمانہ قدیم میں لاشوں کو حنوط کرنے کے لئے شہد دیگر مصالحوں کے ساتھ ملا کر لاشوں پر لگایا جاتا تھا اس عمل سے لاشیں ہزاروں برس تک اپنی اصلی حالت پر قائم رہتی تھیں چنانچہ اہرام مصر سے نکالی گئی مصری ممی لاشیں اس وقت بھی اپنی اصلی حالت پر قائم وموجود ہیں جو دنیا کے لئے ایک حیرت ناک عجوبہ ہے۔

جیسا کہ اس سے قبل بیان کیا گیا ہے کہ شہد میں جملہ امراض کا شافی علاج مضمر ہے اور اطباء قدیم وجدید نے شہد کے استعمال سے کامیاب اور شفابخش علاج کئے ہیں مریضوں کو شہد کے شفائی خواص اثرات سے فائدہ پہنچتا ہے اسی حوالے سے ذیل میں شہد سے تیار شدہ مختلف امراض کے مجرب وآزمودہ نسخہ جات پیش کئے جاتے ہیں جن کے استعمال سے ان شاء اللہ تعالیٰ فائدہ حاصل ہوگا۔

❀ پیٹ کی اصلاح کے لئے

شہد کو دودھ میں ملا کر پینے سے پیٹ کی اصلاح ہو جاتی ہے کیونکہ شہد بادی اور بلغمی اثر کی اصلاح کرتا ہے مگر اس بات کا خیال رکھا جائے کہ گرم دودھ میں شہد نہ ملا کر پیا جائے شہد ہمیشہ ٹھنڈی چیزوں میں مفید ثابت ہوتا ہے۔

❀ بچوں کے کان بہنا

اس عارضہ میں شفا کے لئے بیس گرام نیم کے پتوں میں بیس گرام خالص شہد ملائیں اور پتوں کو شہد میں جوش دے کر کان میں بھاپ دیں کریں بچوں کے کان بہنے میں مفید ہے۔

❀ آواز کا بیٹھ جانا

آواز بیٹھ جانے کی صورت میں صندل کی لکڑی کے برادے کو سفوف کی شکل میں پیس لیں اور اس میں تھوڑا سا خالص شہد ملا کر دن میں پانچ یا چھ مرتبہ تھوڑا تھوڑا چاٹ لیں ان شاء اللہ بیٹھی ہوئی آواز ٹھیک ہو جائے گی۔

❀ سینے کے امراض

امراضِ سینہ میں شہد کا استعمال بہت ہی مفید ثابت ہوا ہے خصوصاً کھانسی، دمہ، کالی کھانسی اور سانس کی رکاوٹ میں اس کا استعمال شفا بخش ہے سانس کی رکاوٹ دور ہو جاتی ہے اور سانس کھل کر آتا ہے اگر کسی پیالے میں خالص شہد بھر کر مریض کی ناک کے پاس اس طرح رکھا جائے کہ مریض کی ناک میں جو ہوا داخل ہو وہ شہد کی سطح کو چھوتی ہوئی داخل ہو اس طریقہ سے مریض کو سانس کی تنگی و دشواری نہ ہوگی اور اس کو سانس لینے میں آسانی ہو جائے گی اور مریض آرام و سکون سے لمبے لمبے سانس لینا شروع کر دیگا۔

❀ منہ کی بدبو

اگر منہ سے بدبو آتی ہو تو بیس گرام خالص شہد اور پانی ایک گلاس میں مکس کر کے غرغرہ کریں ان شاء اللہ منہ کی بدبو کا خاتمہ ہو جائے گا۔

⊛ امراض کا شافی علاج

شہد کے علاوہ شہد کی مکھی کی افادیت کو بھی اطباء نے تسلیم کیا ہے شہد کی مکھی کا سفوف مرض استسقاء، سرطان، دماغی امراض اور ضعف البصر کے لئے نہایت فائدہ مند ہے۔

⊛ قوت باہ میں اضافہ

خالص دودھ میں خالص شہد ملا کر میٹھا کریں اور اسے روزانہ پیا کریں ان شاء اللہ قوت باہ میں خوب اضافہ ہوگا۔

⊛ پرانے زخموں کے لئے مرہم

پرانے زخموں کو صحیح کرنے کے لئے شہد اور کلونجی ملا کر خوب کھرل کریں یہ ایسا مرہم تیار ہوگا جو کہ مومیائی تاثیر رکھتا ہے، پرانے زخموں پر لگانے سے بہت جلد آرام آجاتا ہے اور زخم خشک ہو کر ٹھیک ہو جاتے ہیں۔

⊛ جسمانی کمزوری کا علاج

جسمانی کمزوری کو دور کرنے اور قوت باہ میں اضافہ کی غرض سے شہد کا استعمال نہایت مفید ہے اس مقصد کے لئے شہد کو انڈے پیاز اور گاجر کے ساتھ استعمال کیا جائے تو کمزوری کا خاتمہ ہو جاتا ہے قوت باہ میں اضافہ ہو جاتا ہے۔

⊛ بچوں کی کھانسی

شہد میں تھوڑا سا نمک ملا کر آگ پر رکھیں جب شہد پھٹ جائے تو صاف پانی میں ملا کر تھوڑا سا بچوں کو پلائیں بچوں کی کھانسی میں جلد افاقہ ہوگا اور آرام آجائے گا۔

⊛ گنج پن کا علاج

گنجے پن کیلئے پیاز چھیل کر کچل لیں اور اسے شہد میں ملا کر خوب اچھی طرح مکس کر کے جہاں بال اگانے ہوں اس جلد کو کھردرے کپڑے سے رگڑ کر لیپ کریں گنج کا عارضہ ختم ہو جائے گا اس مقصد کے لئے یہ بہت ہی سریع الاثر نسخہ ہے۔

دکھتی آنکھوں اور دکھتے مسوڑھوں کا علاج

زمانہ قدیم میں اطباء شہد کی مکھیوں کے ڈنک کا زہر اور ان کی موم بھی استعمال میں لایا کرتے تھے اور اس سے بھی بہت سی بیماریوں کا علاج کیا کرتے تھے پسی ہوئی شہد کی مکھیوں کو شہد میں ملا کر مکس کریں اور اس مرہم کو دکھتی ہوئی آنکھوں پر لگائیں دانت درد ہونے کی صورت میں ہی دانتوں پر اور سوجے ہوئے مسوڑھوں پرانے پھوڑوں اور مندمل نہ ہونے والے زخموں پر لگائیں قدیم اطباء کا یہ مجرب و آزمودہ نسخہ ہے۔

زخموں کے لئے اکسیر

شہد میں زخموں کے جلد مندمل کرنے کی خاصیت موجود ہے اگر تازہ لگے ہوئے زخم پر شہد کا پھاہا رکھ دیا جائے تو بہت جلد زخم بھر جاتا ہے اس کے علاوہ تیز دھار ہتھیاروں کے زخم مندمل کرنے کے لئے بھی شہد اکسیر کی حیثیت رکھتا ہے جلی ہوئی جلد پر شہد کا لیپ کرنے سے بہت جلد آرام آجاتا ہے۔

بالوں کی حفاظت

بالوں میں موجود جوؤں اور لیکھوں کے خاتمے کے لئے خالص شہد بالوں میں لگائیں اس عمل سے نہ صرف جوؤں اور لیکھوں کا خاتمہ ہوگا بلکہ سر کی جلد بھی صحت مند ہو جائے گی بالوں میں نرمی اور ملائمت پیدا ہوگی۔

گرتے بالوں کا علاج

حکیم جالینوس شہد کی مکھیوں کو شہد کے ساتھ پیس کر ایسے سروں پر لگایا کرتا تھا جن کے بال گر گئے ہوں اور دوبارہ نہ اگتے ہوں اس کے مسلسل استعمال سے گرتے بال رک جاتے ہیں اور نئے بال پیدا ہونا شروع ہو جاتے ہیں۔

نِقرِس (ایک قسم کا گنٹھیا) کا علاج

نقرس (ایک قسم کا گنٹھیا، وہ درد جو پاؤں کے انگوٹھے میں ہوتا ہے) کے مرض میں مبتلا

مریض کو اگر کسی دوا سے افاقہ نہ ہوتا ہو تو اس کو شہد کی مکھیوں سے کٹوایا جائے ان شاء اللہ شفا حاصل ہوگی۔

پھیپھڑوں کے امراض

پھیپھڑوں کے امراض کے لئے بھی شہد اکسیر کی حیثیت رکھتا ہے جدید تحقیقات سے یہ ثابت ہوا ہے کہ شہد کی اجزائے ترکیبی میں ایسے خمریات اور روغنیات بھی شامل ہیں کہ اس سے اٹھنے والے بخارات پھیپھڑوں کے لئے بہت فائدہ مند ہے۔

انجیر

انجیر کو عربی میں (تین) اور انگریزی میں (Fig) کہتے ہیں۔ انجیر کو تمام پھلوں میں سب سے زیادہ نازک خیال کیا جاتا ہے، دنیا کے اکثر ممالک میں اس کی کاشت ہوتی ہے پاکستان میں بھی اچھی قسم کا انجیر وادی ہنزہ اور ریاست چترال میں پایا جاتا ہے پنجاب کے علاقہ میں بھی انجیر ملتی ہے یہاں پر یہ سیاہ، اور زرد رنگ کی ہوتی ہے دنیا کے مختلف ممالک میں انجیر سیاہ، سفید اور زرد رنگوں میں پائی جاتی ہے امریکی ریاست کیلی فورنیا کی انجیر کا رنگ سفید ہوتا ہے اس کی پیداوار جنگلوں میں خود بخود بھی ہوتی ہے کیونکہ اس کا پودا جنگلوں میں بھی ہوتا ہے باغ میں لگے ہوئے پودوں کی انجیر سے جنگلی انجیر کا پھل زیادہ تیز ہوتا ہے اور اس کے پختہ پھل میں ساٹھ فیصد گلوکوز ہوتی ہے۔

قرآن کریم کی روشنی میں

قرآن کریم میں انجیر کا ذکر موجود ہے اللہ تعالیٰ نے قرآن کریم میں ارشاد فرمایا

ثُمَّ شَقَقْنَا الْاَرْضَ شَقًّا ﴿۲۶﴾ فَاَنْۢبَتْنَا فِيْهَا حَبًّا ﴿۲۷﴾ وَّعِنَبًا وَّقَضْبًا ﴿۲۸﴾ وَّزَيْتُوْنًا وَّنَخْلًا ﴿۲۹﴾

ترجمۂ کنز الایمان: "پھر زمین کو خوب چیرا تو اس میں اگایا اناج اور انگور اور چارہ اور زیتون اور کھجور۔ (سورۂ عبس، آیت ۲۶ تا ۲۹)

وَالتِّيْنِ وَالزَّيْتُوْنِ ﴿۱﴾ (سورۃ التین، آیت ۱)

ترجمۂ کنزالایمان: ''انجیر کی قسم اور زیتون''۔

اس آیت کی تفسیر میں حضرت صدرالافاضل سید محمد نعیم الدین مرادآبادی رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ'' خزائن العرفان فی تفسیر القرآن' میں فرماتے ہیں انجیر نہایت عمدہ میوہ ہے جس میں فضلہ نہیں، سریع الہضم، کثیرالنفع، ملیّن، محلّل، دافعِ ریگ، مُفتّحِ سدّہ، جگر، بدن کا فربہ کرنے والا، بلغم کو چھانٹنے والا۔ زیتون ایک مبارک درخت ہے اس کا تیل روشنی کے کام لایا جاتا ہے اور بجائے سالن کے بھی کھایا جاتا ہے۔ یہ وصف دنیا کے کسی تیل میں نہیں، اس کا درخت خشک پہاڑوں میں پیدا ہوتا ہے جن میں چکناہٹ کا نام ونشان نہیں، بغیر خدمت کے پرورش پاتا ہے، ہزاروں برس رہتا ہے، ان چیزوں میں قدرتِ الٰہی کے آثار ظاہر ہیں۔

❁ احادیثِ مبارکہ کی روشنی میں

ہمارے پیارے نبی (ﷺ) نے انجیر کو جنت کا میوہ قرار دیا ہے۔ آپ (ﷺ) کی پیاری غذاؤں میں انجیر کا شمار بھی ہوتا ہے۔ انجیر کے بے شمار فوائد ہیں تازہ انجیر بے شمار خوبیوں کا حامل ہے یہ پکنے کے بعد فوری طور پر اپنے آپ درخت سے گر جاتا ہے اکثر لوگ اس کو سکھا کر محفوظ کر لیتے ہیں مگر اس کی غذائی اور طبی افادیت پر کچھ اثر نہیں پڑتا حضور (ﷺ) نے انجیر کے جو طبی خواص احادیث میں ارشاد فرمائے ہیں ان سے معلوم ہوتا ہے کہ طبی طور پر انجیر کا استعمال انسانی جسم کے لئے بے حد مفید ہے اور بے شمار امراض سے نجات دیتا ہے چنانچہ حضرت سیدنا ابودرداء رضی اللہ تعالیٰ عنہ ارشاد فرماتے ہیں کہ:

''حضور (ﷺ) کی خدمت اقدس میں کہیں سے انجیر سے بھرا ہوا تھال لا کر پیش کیا گیا آپ (ﷺ) نے ہم سے ارشاد فرمایا کہ کھاؤ، چنانچہ ہم نے اس میں سے کھایا، اس کے بعد پھر ارشاد فرمایا کہ اگر کوئی یہ کہے کہ کوئی پھل بہشت سے زمین پر اتر سکتا ہے تو میں کہوں گا کہ یہی وہ پھل ہے اس لئے کہ بلاشبہ انجیر جنت کا میوہ ہے اس میں سے کھاؤ کیونکہ یہ بواسیر کو ختم کرتی ہے اور گٹھیا (جوڑوں کا درد) کے مرض میں فائدہ مند ہے''۔ (ابن جوزی)

اس حدیث میں حضور (ﷺ) نے انجیر کو بواسیر کے مرض اور جوڑوں کے درد کے

عارضے میں مبتلا افراد کے لئے انتہائی فائدہ مند قرار دیا ہے آپ (ﷺ) کے ارشاد گرامی میں قدیم اور جدید دور کے اطباء کرام نے انجیر پر تحقیق کر کے اپنے طبی تجربات کا نچوڑ پیش کیا ہے اور یہ نتیجہ اخذ کیا ہے کہ انجیر میں بے شمار غذائی اور طبی خواص پائے جاتے ہیں جو انسانی جسم کو اکثر امراض میں شفا دیتے ہیں۔

مرض قُولنج (بڑی انتڑی کا درد) سے بچاؤ

قُولنج یعنی وہ درد جو پسلی کے نیچے ہوتا ہے، اسے بڑی انتڑی کا درد بھی کہتے ہیں۔

رسول کریم رؤف الرحیم (ﷺ) نے ارشاد فرمایا کہ:

''انجیر کھانے سے آدمی مرض قولنج سے محفوظ رہتا ہے''۔ (جامع کبیر)

انجیر کی طبی افادیت

خون کی نالیوں میں سوزش ہو جانے میں انجیر کا استعمال فائدہ مند ہے خون کی شریانوں میں ہر قسم کی رکاوٹ کو دور کرتی ہے دل کے امراض میں بھی انجیر کھانا فائدہ دیتا ہے اگر کسی وجہ سے شریانوں میں خون کی گردش خون جمنے کی صورت میں رکاوٹ محسوس کرے تو انجیر کھانے سے شریانیں درست ہو جاتی ہیں اور خون کی گردش ٹھیک طریقے سے رواں رہتی ہے انجیر کا استعمال خون کی نالیوں میں موجود فاسد مادوں کو آسانی سے خارج کر دیتا ہے جس سے خون کی نالیوں میں موجود ہر قسم کی رکاوٹ دور ہو جاتی ہے جن افراد کا بلڈ پریشر بڑھ جاتا ہے ان کے لئے انجیر کا استعمال فائدہ دیتا ہے انجیر خون کے جوش کو اعتدال پر رکھتی ہے انجیر جسم میں موجود فاضل چربی کو آہستہ آہستہ خارج کر دیتی ہے موٹاپا ایک بیماری کی شکل اختیار کرتا جا رہا ہے چنانچہ موٹاپے کے مرض میں مبتلا افراد انجیر کا استعمال کریں تو ان کا موٹاپا آہستہ آہستہ ختم ہو جائے گا۔

...... پھلبہری (سفید کوڑھ، برص) کے مرض میں انجیر کا دودھ فائدہ دیتا ہے اس کے دودھ کو جو کے آٹے میں ملا کر پھلبہری کے داغوں پر لگائیں تو فائدہ دیتا ہے کھانسی کی حالت میں انجیر کا استعمال مفید ہے دمے کے مرض میں انجیر فائدہ دیتی ہے انجیر کا باقاعدہ

استعمال جگر کو طاقت دیتا ہے خفقان (گھبراہٹ، ایسا مرض جس میں دل کی دھڑکن بڑھ جاتی ہے) کے مرض میں انجیر کھانی مفید ہے انجیر مرگی کے مرض کے لئے ایک بہترین دوا ہے سینے میں اکثر اوقات اٹھنے والے درد میں فائدہ کرتی ہے چیچک کی بیماری میں انجیر کا استعمال فائدہ مند ہے جسم کے اندرونی ہر قسم کے ورم اور سوزش کو انجیر دور کرتی ہے شوگر کے مرض میں بھی انجیر فائدہ کرتی ہے قولنج کے مرض میں مفید ہے پیٹ کے اکثر امراض میں اس کا استعمال فائدہ دیتا ہے پھیپھڑوں کی سوزش میں فائدہ مند ہے چھاتی میں جمی ہوئی بلغم کو جڑ سے اکھاڑ نکالتی ہے پیٹ سے ہوا کو خارج کرنے میں مدد دیتی ہے غرضیکہ انجیر بے شمار امراض کے لئے اکسیر ہے۔

❁......دائمی قبض کے مرض میں مبتلا افراد کے لئے نہار منہ انجیر کھانا فائدہ مند ہے اس سے پرانی قبض دور ہو جاتی ہے اجابت ٹھیک طریقے سے آتی ہے آنتیں نرم ہو جاتی ہیں آنتوں کی سوزش دور ہو جاتی ہے قبض کی وجہ سے پیٹ میں جو تناؤ اور کھچاؤ کی کیفیت پیدا ہوتی ہے انجیر کے استعمال سے ختم ہو جاتی ہے تازہ انجیر سے نکلا ہوا دودھ بھی بہت فائدہ مند ہے جو افراد بواسیر کے مرض میں مبتلا ہوں وہ تازہ انجیر سے نکالا ہوا دودھ مسوں پر لگائیں تو مسے جھڑ جائیں گے انجیر کے پتے بھی بیرونی جلد کے لئے فائدہ مند ثابت ہوئے ہیں ماہرین کی تحقیق کے مطابق جن افراد کے پھوڑے سوج جائیں اور شدید درد کی حالت پیدا کریں اور ان سے مواد نکلتا ہو تو ایسے میں انجیر کے پتے باریک پیس کر پھوڑوں پر باندھ دیئے جائیں تو جلد ہی پھوڑے پک جاتے ہیں اور ان سے گندہ مواد خارج ہو جاتا ہے جس سے سوجن اور درد دور ہو جاتا ہے اور جلد آرام آ جاتا ہے۔

❁......انجیر کھانے سے حیض کے خون کی کمی دور ہو جاتی ہے اور حیض کے خون میں زیادتی ہو جاتی ہے جن عورتوں کے دودھ خشک ہو جاتا ہے یا کم ہو جاتا ہے ان کے لئے انجیر کھانا فائدہ مند ہے کمر کے درد میں بھی انجیر کا کھانا مفید ہے نہار منہ انجیر کھانے سے جسم میں توانائی پیدا ہوتی ہے اعضاء کو تقویت ملتی ہے چہرے پر رونق آتی ہے جن افراد کے چہرے

بے رونق معلوم ہوتے ہیں ان کے لئے انجیر کا استعمال بہت ہی فائدہ مند ہے خشک انجیر باریک پیس کر سفوف بنائیں اور تھوڑا سا پانی ڈال کر مرہم سی بنائیں اس مرہم کو اکڑے ہوئے زخموں پھوڑوں یا پٹھوں پر لگائیں اس سے ان کی اکڑن دور ہو جائے گی اور درد سے بھی افاقہ ہو گا دانت درد ہونے کی صورت میں انجیر کے درخت کے دودھ میں تھوڑی سی روئی ڈبو کر دانت کے سوراخ میں رکھیں تو دانت کے درد سے آرام آجاتا ہے انجیر کے درخت کی چھال بھی بہت فائدہ مند ہے جن افراد کو اکثر سر درد رہتا ہے وہ انجیر کے درخت کی چھال توے پر بریاں کریں اور باریک پیس کر سرکہ میں ملا کر ماتھے پر لیپ کریں ان کا سر درد جاتا رہے گا۔

❁...... دانتوں کے امراض میں بھی انجیر مفید ہے انجیر کو خشک کر کے توے پر بھونیں پھر اس کو باریک پیس کر سفوف بنالیں اس سفوف کو مسوڑھوں پر ملیں اس سے پائیوریا (PHYORRHEA) (دانتوں کا ایسا مرض جس میں مسوڑھوں سے بدبودار پیپ نکلتی ہے، جس کی وجہ سے منہ میں سخت بدبو پیدا ہو جاتی ہے) کا مرض رفع ہو جائے گا مسوڑھوں سے خون نکلنا بند ہو جاتا ہے دانتوں پر ملنے سے دانتوں کی پیلاہٹ دور ہو جاتی ہے اور ہر ہر قسم کا میل اتر جاتا ہے جس سے دانت سفید اور چمکدار ہو جاتے ہیں۔

❁...... انجیر خون کی کمی کو بھی دور کرتی ہے خون کی کمی کی وجہ سے جن افراد کے ہاتھ پاؤں سوجھ جاتے ہیں ان کے لئے انجیر استعمال کرنا فائدہ مند ہے بڑھاپے کی حالت میں جسمانی اعضاء میں کمزوری واقع ہو جاتی ہے جس سے تھکاوٹ اور بے چینی کی کیفیت پیدا ہوتی ہے ایسے میں انجیر کا استعمال انتہائی فائدہ مند ہے اس سے جسم میں چستی پیدا ہو جاتی ہے۔

❁...... بواسیر کی حالت میں پھولی ہوئی رگوں کو درست حالت میں لانے کے لئے انجیر کا استعمال بہت مفید ہے۔

❁...... نظام ہضم کی اصلاح کے لئے انجیر کھانی مفید ہے یہ غذا کو فوری طور پر ہضم ہونے میں مدد دیتی ہے بواسیر کے مرض میں تو انجیر اکسیر کی حیثیت رکھتی ہے بواسیر کے

مریض عارضے کے دوران انجیر کا ہر روز باقاعدگی سے استعمال کریں اور نہار منہ کھائیں تو چند ماہ میں بغیر کسی دوائی کے بواسیر کے مسے آہستہ آہستہ خشک ہو کر جھڑ جاتے ہیں جس سے مرض میں افاقہ ہوتا ہے تبخیر معدہ کے مریض انجیر کے استعمال سے چند ہفتوں میں ٹھیک ہو جاتے ہیں انجیر خون کی نالیوں میں موجود سدوں کو باہر نکال دیتی ہے جوڑوں کے درد میں انجیر کا کھانا فائدہ مند ہوتا ہے۔

❁...... گردوں کے مرض میں انجیر کا استعمال فائدہ مند ثابت ہوا ہے انجیر گردوں کی بہتر طور پر صفائی کرتی ہے گردوں کے درد کو آرام پہنچاتی ہے گردوں کو فیل ہونے سے بچانے کے لئے انجیر کا مسلسل استعمال فائدہ پہنچاتا ہے گردوں کے عارضے کی وجہ سے پیشاب میں بھی رکاوٹ پیدا ہو جاتی ہے پیشاب رک رک کر اور قطرہ قطرہ آتا ہے جس سے تکلیف بھی محسوس ہوتی ہے اور پیشاب کرتے ہوئے مثانے میں درد اٹھتا ہے ایسی حالت میں انجیر کھانے سے افاقہ ہوتا ہے پیشاب ٹھیک طرح سے آتا ہے پیشاب کی کمی کی کیفیت دور ہو جاتی ہے ہر قسم کے جسمانی درد میں انجیر کھانا فائدہ مند ثابت ہوا ہے منہ اور زبان کے چھالوں کو تازہ انجیر صبح نہار منہ کھانا ٹھیک کر دیتا ہے انجیر پتھری کو بھی تحلیل کر دینے کی صلاحیت رکھتی ہے پتہ کی سوزش چند ماہ انجیر کھانے سے دور ہو جاتی ہے اور درد جاتا رہتا ہے گردوں کی پتھری انجیر کا مسلسل استعمال کرنے سے جلد خارج ہو جاتی ہے جن افراد کو بھوک نہ لگتی ہو ان کے لئے انجیر کھانا فائدہ مند ہے انجیر جسم کو سکون اور ٹھنڈک پہنچاتی ہے بلغم کا بہتر طور پر اخراج کرتی ہے۔

❁ انجیر سے خشک بواسیر کا علاج

اگر تکلیف زیادہ ہو تو شہد کے شربت یعنی شہد ملے پانی کے ساتھ روزانہ نہار منہ پانچ عدد خشک انجیر کھا لیجئے مسلسل اس طریقے پر عمل کرنے سے انشاء اللہ عزوجل چار ماہ سے لے کر دس ماہ کے عرصے میں بواسیر کے مسے خشک ہو جائیں گے یہ طریقۂ علاج خونی بواسیر کے لئے بھی مفید ہے اگر بواسیر میں تکلیف کم اور بدہضمی زیادہ ہو تو ہر بار کھانا کھانے سے

آدھا گھنٹہ قبل خشک انجیر تین عدد کھا لیجئے اگرچہ بواسیر نہ ہو یوں ہی پیٹ میں بوجھ ہو تب بھی ہر بار کھانا کھانے کے بعد تین عدد انجیر تناول فرمایئے۔

خونی بواسیر کے 4 علاج

......6 ماہ تک روزانہ تین انجیر اور اتنے ہی وزن کا ادرک کا مربہ نہار منہ کھایئے ان شاء اللہ عزوجل بواسیر میں فائدہ ہو جائے گا۔

......5 انجیر کے ٹکڑے کر کے مناسب مقدار میں دودھ کے اندر پکا لیجئے اور ٹھنڈا کر کے سوتے وقت کھا لیجئے یہ خونی بواسیر کا مجرب علاج ہے ان شاء اللہ عزوجل خون بند ہو جائے گا تا حصول شفا جاری رکھئے اگر مستقل استعمال کریں تب بھی ان شاء اللہ عزوجل فائدہ ہی فائدہ ہے انجیر کی تعداد کم زیادہ بھی کر سکتے ہیں۔

......انار کا چھلکا سکھا کر باریک پیس کر بوتل میں محفوظ کر لیجئے اور صبح وشام چھ ماشہ یعنی تقریباً 6 گرام تازہ پانی سے نگل لیجئے ان شاء اللہ عزوجل خونی بواسیر درست ہو جائے گی۔

......نیم کے درخت سے جو پکی ہوئی نبولیاں گر پڑتی ہیں وہ روزانہ 12 عدد چھلکا اتار کر کھا لیا کریں مسلسل کھاتے رہنے سے ان شاء اللہ عزوجل بواسیر میں فائدہ ہوگا اور خون بھی صاف ہوگا۔

انجیر کے 33 مدنی پھول

......امام ذہبی رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ فرماتے ہیں کہ انجیر میں دیگر تمام پھلوں کے مقابلہ میں بہتر غذائیت ہے۔

......انجیر بواسیر کو ختم کر دیتا ہے اور جوڑوں کے درد کے لئے مفید ہے۔

......انجیر نہار منہ کھانے کے عجیب وغریب فوائد ہیں۔

......خشک انجیر سخت ہوں تو ان کو کم وبیش 25 منٹ پانی میں بھگو دیجئے اور دھو کر چھاؤں میں سکھا دیجئے ان شاء اللہ عزوجل نرم ہو جائیں گی سبزیاں، پھل، خشک میوے وغیرہ ممکنہ صورت میں دھو کر ہی استعمال کئے جائیں تاکہ جراثیم کش ادویات کا اثر ڈھل جائے۔

❁...... اگر خونی بواسیر ہو تو پانچ عدد انجیر کے ٹکڑے کر کے پاؤ بھر دودھ میں ابال کر ٹھنڈا کر کے روزانہ سونے سے پہلے کھا لیجئے ان شاء اللہ عزوجل تھوڑے سے ہی دنوں میں خون بند ہو جائے گا یہ عمل مستقل جاری رکھیں تو بہت ہی اچھا ہے۔

❁...... خشک بواسیر کے سبب بہت درد ہو تو پانی میں ایک چمچ شہد ملا کر اس کے ساتھ نہار منہ یعنی ناشتہ سے قبل اور اگر روزہ ہو تو افطار میں خالی پیٹ پانچ عدد انجیر روزانہ کھائیے۔

❁...... تازہ انجیر کا رس نچوڑ کر مسوں کو لگایا جائے تو مسے جھڑ جانے کی امید ہے۔

❁...... جن کو بواسیر کی تکلیف کم مگر بدہضمی زیادہ ہو تو وہ ہر کھانے سے قبل تین عدد انجیر کھالیں۔

❁...... جن کے پیٹ میں بوجھ ہو جاتا ہو تو وہ ہر بار کھانا کھانے کے بعد تین عدد انجیر کھالیں۔

❁...... انجیر موٹے پیٹ کو چھوٹا اور موٹاپا دور کرتا ہے۔

❁...... کمر کے درد والے روزانہ سات عدد انجیر کھالیا کریں۔

❁...... جس کو قبض رہتا ہو وہ روزانہ نہار منہ 5 عدد انجیر کھا لیجئے۔

❁...... انجیر کھانے سے حیض کے خون میں اضافہ اور دودھ میں زیادتی ہوتی ہے۔

❁...... انجیر میں کھانسی اور دمے کا علاج ہے۔

❁...... انجیر چہرے کا رنگ نکھارنے کے لئے مفید ہے۔

❁...... انجیر پرانی بلغمی کھانسی کے لئے نفع بخش ہے۔

❁...... انجیر بلغم کو پتلا کر کے نکال دیتا ہے۔

❁...... انجیر پیاس بجھاتا ہے۔

❁...... انجیر کا گودا بخار کے دوران مریض کے منہ کو خشک نہیں ہونے دیتا۔

❁...... میتھی کے بیج اور انجیر پانی میں خوب پکا کر خوب گاڑھا کر کے اس میں شہد ملا کر کھانے سے کھانسی کی شدت میں راحت ہوتی ہے۔

......انجیر گردہ اور مثانہ یعنی پیشاب کی تھیلی کی سوزش کے لئے مفید ہے۔

......سفید انجیر سب سے بہترین مانا جاتا ہے یہ گردہ اور مثانہ اور پتے کی پتھری کو حل کر کے نکال دیتا ہے۔

......اگر کسی کے گردے فیل ہوں اور وہ طویل مدت تک انجیر استعمال کرے تو بفضلہٖ تعالیٰ اس کو صحت مل سکتی ہے۔

......انجیر پیٹ کی ریح کو باہر نکالتا ہے۔

......انجیر اور بادام ملا کر کھائیں تو پیٹ کی اکثر بیماریاں دور بھاگتی ہیں۔

......انجیر حلق کی سوزش سینہ کے بوجھ اور پھیپھڑوں کی سوجن میں فائدہ کرتا ہے۔

......انجیر جگر یعنی کلیجی اور تلی کو صاف کرتا ہے۔

......انجیر جگر یعنی کلیجی اور پتے کے سدے یعنی گندی گانٹھوں کو نکالتا ہے۔

......انجیر چھاتی کی پرانی سوزش کے لئے نفع بخش ہے۔

......انجیر کو جوش دیئے ہوئے پانی کے غرارے کرنے سے مسوڑھوں اور گلے کی سوزش کم ہوتی ہے۔

......خشک انجیر کو جلا کر اس کی راکھ سے منجن کرنے سے دانت کا میل اور دھبے دور ہوتے ہیں۔

......جو شریف کی روٹی اور انجیر ملا کر کھانا متعدد دماغی امراض کا علاج ہے۔

......انجیر بلڈ پریشر اور کولیسٹرول کے مریضوں کے لئے مفید ہے۔

...... زیتون ......

زیتون کو شمار ان مقدس وعظیم پھلوں میں ہوتا ہے جن کا نہ صرف رب تعالیٰ نے ذکر فرمایا بلکہ ان پھلوں کی قسم بھی ارشاد فرمائی ہے چنانچہ ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ

وَالتِّيْنِ وَالزَّيْتُوْنِ ۝ (سورۂ تین، آیت ۱)

ترجمۂ کنزالایمان: "انجیر کی قسم اور زیتون"۔

اسی طرح قرآن پاک کی سورۃ الانعام میں مختلف پھلوں کے ساتھ اللہ تعالیٰ نے زیتون کا تذکرہ بھی کیا ہے ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ

وَهُوَ الَّذِیْۤ اَنْزَلَ مِنَ السَّمَآءِ مَآءًۚ فَاَخْرَجْنَا بِهٖ نَبَاتَ كُلِّ شَیْءٍ فَاَخْرَجْنَا مِنْهُ خَضِرًا نُّخْرِجُ مِنْهُ حَبًّا مُّتَرَاكِبًاۚ وَ مِنَ النَّخْلِ مِنْ طَلْعِهَا قِنْوَانٌ دَانِیَةٌ وَّ جَنّٰتٍ مِّنْ اَعْنَابٍ وَّ الزَّیْتُوْنَ وَ الرُّمَّانَ مُشْتَبِهًا وَّ غَیْرَ مُتَشَابِهٍؕ اُنْظُرُوْۤا اِلٰى ثَمَرِهٖۤ اِذَاۤ اَثْمَرَ وَ یَنْعِهٖؕ اِنَّ فِیْ ذٰلِكُمْ لَاٰیٰتٍ لِّقَوْمٍ یُّؤْمِنُوْنَ ﴿۹۹﴾

ترجمۂ کنزالایمان: "اور وہی ہے جس نے آسمان سے پانی اتارا تو ہم نے اس سے ہر اُگنے والی چیز نکالی تو ہم نے اس سے نکالی سبزی جس میں سے دانے نکالتے ہیں ایک دوسرے پر چڑھے ہوئے اور کھجور کے گابھے سے پاس پاس گچھے اور انگور کے باغ اور زیتون اور انار کسی بات میں ملتے اور کسی بات میں الگ اس کا پھل دیکھو جب پھلے اور اس کا پکنا بے شک اس میں نشانیاں ہیں ایمان والوں کیلئے"۔ (سورۂ انعام، آیت ۹۹)

سورۃ الانعام ہی میں اللہ تعالیٰ ارشاد فرماتا ہے کہ:

وَ هُوَ الَّذِیْۤ اَنْشَاَ جَنّٰتٍ مَّعْرُوْشٰتٍ وَّ غَیْرَ مَعْرُوْشٰتٍ وَّ النَّخْلَ وَ الزَّرْعَ مُخْتَلِفًا اُكُلُهٗ وَ الزَّیْتُوْنَ وَ الرُّمَّانَ مُتَشَابِهًا وَّ غَیْرَ مُتَشَابِهٍؕ كُلُوْا مِنْ ثَمَرِهٖۤ اِذَاۤ اَثْمَرَ وَ اٰتُوْا حَقَّهٗ یَوْمَ حَصَادِهٖ ﳲ وَ لَا تُسْرِفُوْاؕ اِنَّهٗ لَا یُحِبُّ الْمُسْرِفِیْنَ ﴿۱۴۱﴾ (سورۂ انعام، آیت ۱۴۱)

ترجمۂ کنزالایمان: "اور وہی ہے جس نے پیدا کیے باغ کچھ زمین پر چھے (چھائے) ہوئے اور کچھ بے چھے (پھیلائے) اور کھجور اور کھیتی جس میں رنگ رنگ کے کھانے اور زیتون اور انار کسی بات میں ملتے اور کسی میں الگ کھاؤ اس کا پھل جب پھل لائے اور اس کا حق دو جس دن کٹے اور بے جا نہ خرچو، بے شک بے جا خرچنے والے اسے پسند نہیں"۔

✪ زیتون کی پہچان

زیتون کی پیداوار دنیا کے بے شمار ممالک میں ہوتی ہے، اسکو عربی میں بھی زَیْتُون ہی

کہتے ہیں اور انگریزی میں (Olive) کہتے ہیں۔اس کا درخت تقریباً ساڑھے تین گز اونچا ہوتا ہے جس کے پتے تقریباً چمکدار ہوتے ہیں زیتون کے پھل کی رنگت ہری و جامنی یعنی بینگنی ہوتی ہے پھل کی شکل بیر کی مانند ہوتی ہے زیتون کے پھل کا ذائقہ ذرا کسیلا ہوتا ہے اسی لئے عام طور پر اسے شوق سے نہیں کھایا جاتا مگر ذائقے کے برخلاف اس کی افادیت بہت زیادہ ہے بے شمار بیماریوں کا علاج زیتون میں مضمر ہے زیتون اور زیتون کے تیل سے علاج قدیم زمانے سے لے کر آج تک جاری ہے جن ممالک میں زیتون کی پیداوار زیادہ ہوتی ہے وہاں زیتون کے تیل سے بے شمار اشیاء تیار کی جاتی ہیں اور انسانی جسم کے لئے بے شمار طبی فوائد حاصل کئے جاتے ہیں اور اکثر بیماریوں کا علاج بھی صرف زیتون کے تیل سے ہی کیا جاتا ہے۔

❁ زیتون کا تیل

زیتون کا پھل کھایا بھی جاتا ہے اور اس کے تیل کی مالش کی بھی کی جاتی ہے، زیتون کے تیل کو کھایا بھی جاتا ہے ہمارے پیارے نبی (ﷺ) کی پیاری غذاؤں میں زیتون کا بھی شمار اور لاتعداد فوائد و برکات میں ہوتا ہے زیتون کا تیل طبی طور پر انسانی جسم پر بہت ہی اچھے اثرات ڈالتا ہے زیتون کے تیل میں انسانی جسم کے لئے اتنے فائدے اور شفا ہیں کہ حضور (ﷺ) نے زیتون کے تیل کو پسند فرمایا خود بھی استعمال کیا اور دوسروں کو بھی استعمال کرنے کی تلقین کی چنانچہ حضرت سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ روایت کرتے ہیں کہ نبی کریم (ﷺ) نے فرمایا کہ:

”زیتون کا تیل کھاؤ اس کو لگاؤ کیونکہ یہ پاک طیب اور مبارک ہے“۔(ابن ماجہ شریف)

❁ مبارک درخت

حضرت سیدنا اسید الانصاری رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ حضور (ﷺ) نے ارشاد فرمایا کہ:

”زیتون کے تیل کو کھاؤ اور اس سے بدن کی مالش کرو کہ یہ ایک مبارک درخت، سے

ہے"۔(ترمذی شریف)

فائدہ مند تیل

حضرت سیدنا علقمہ بن عامر رضی اللہ تعالیٰ عنہ روایت کرتے ہیں کہ سیدنا رسول کریم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے فرمایا کہ:

"تمہارے لئے زیتون کے تیل موجود ہے اسے کھاؤ اور بدن پر مالش کرو یہ بواسیر میں فائدہ دیتا ہے"۔(ابن السنی، ابونعیم، الجوزی)

روغنِ زیتون بطورِ سالن

حضرت سیدنا عبداللہ بن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہما سے مرفوعاً روایت ہے کہ سیدنا رسول کریم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے فرمایا کہ:

"زیتون کا تیل بطور سالن استعمال کرو اسے بدن پر لگاؤ کیونکہ یہ ایک مبارک درخت سے ہے"۔(بیہقی، ابن ماجہ شریف)

بیماریوں سے شفا

حضرت سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ سیدنا رسول کریم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے فرمایا کہ:

"زیتون کا تیل کھاؤ اور لگاؤ کیونکہ اس میں ستر بیماریوں سے شفا ہے جن میں ایک کوڑھ بھی ہے"۔(ابن ماجہ، الحاکم، ابونعیم)

شیطان کی دوری

حضور سرکار مدینہ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے ارشاد فرمایا کہ:

"اے علی! زیتون کھایا کرو اور اس کے تیل کی مالش کیا کرو کیونکہ جو شخص زیتون کے تیل کی مالش کرتا ہے اس کے پاس چالیس یوم تک شیطان نہیں آتا"۔

(ابونعیم فی کتاب الطب)

ذات الجنب: Pneumonia (پسلی کا درد) کا علاج

ذات الجنب کے علاج کے لئے حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے زیتون کا تیل بطور دوا استعمال کرنے کی ہدایت فرمائی حضرت سیدنا زید بن ارقم رضی اللہ تعالیٰ عنہ روایت کرتے ہیں:

"ان النبی (صلی اللہ تعالیٰ علیہ وآلہ وسلم) کان ینعت الزیت والورس من ذات الجنب"۔ (ترمذی، الجامع الصحیح، ۴:۴۰۷، ابواب الطب، رقم:۲۰۷۸)

"رسول اللہ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) ذات الجنب (پسلیوں میں درد) کے علاج میں ورس اور زیتون کے تیل کی افادیت کی تعریف فرمایا کرتے تھے"۔

زیتون کی طبی افادیت

......زیتون کا تیل مسلسل پینے سے نمونیہ اور زکام کی بیماری کبھی لاحق نہیں ہوتی پیٹ کے سرطان میں مبتلا مریضوں کے لئے زیتون کا تیل پینا بیماری سے نجات دیتا ہے جن افراد کا معدہ خراب ہو کھانا ٹھیک طرح سے ہضم نہ ہوتا ہو بد ہضمی کی کیفیت کی وجہ سے کھٹے ڈکار آتے ہوں ایسے میں زیتون کا تیل پینے سے فوری صحت بخش نتائج برآمد ہوتے ہیں۔

امراض چشم، دائمی قبض، پیٹ، آنتوں، ایگزیما چنبل (داد جیسی بیماری) کا علاج

امراض چشم میں بھی زیتون کے تیل کا استعمال فائدہ دیتا ہے ایک سلائی زیتون کے تیل میں ڈبو کر آنکھوں میں پھیرنے سے آنکھوں کی جلن دور ہو جاتی ہے بے خوابی کی وجہ سے آنکھوں میں جو سرخی آ جاتی ہے اس کو ختم کر دیتا ہے۔

......زیتون کا تیل جو کے پانی میں ملا کر پینے سے دائمی قبض سے نجات مل جاتی ہے پیٹ کے دیگر امراض ٹھیک ہو جاتے ہیں آنتوں کا تناؤ ختم ہو جاتا ہے زیتون کا تیل پینے سے پیٹ کے اندر پائے جانے والے کیڑے اجابت کے راستے باہر نکل آتے ہیں جن سے جسم انسانی پر صحت مندانہ اثرات مرتب ہوتے ہیں آنتوں کی سوزش ختم ہو جاتی ہے گردے کے مرض میں مبتلا

افراد زیتون کے تیل کے استعمال سے جلد شفایاب ہوجاتے ہیں اگزیما اور چنبل کے مریضوں کے لئے روغن زیتون کی مالش بہت فائدہ مند ثابت ہوتی ہے سردیوں میں جن افراد کی جلد خشک ہوجاتی ہے یا پھٹ جاتی ہے ان کے لئے زیتون کے تیل کی مالش کرنا انتہائی مفید ہے۔

❁...... آنتوں میں سوزش یا کسی قسم کے زخم ہونے کی وجہ سے درد ہوتا ہے زیتون کا تیل پینے سے آہستہ آہستہ آرام آجاتا ہے۔ تبخیر معدہ کے مرض میں زیتون اکسیر کی حیثیت رکھتا ہے دائمی نزلہ اور زکام کے مریضوں کے لئے اس کا استعمال فائدہ دیتا ہے تپ دق (ٹی بی، پرانا بخار جو عموماً پھیپھڑوں کے خراب ہونے کی وجہ سے آتا ہے) کے مریضوں کے لئے روزانہ زیتون کا تیل پینا مرض سے شفا بخشتا ہے پرانی کھانسی کے مرض میں مبتلا افراد زیتون کے تیل کا استعمال کریں تو ان کو جلد ہی افاقہ ہوگا جدید تحقیق کے مطابق جو افراد زیتون کا تیل پیتے ہیں ان کو کبھی بھی پیٹ کا کینسر لاحق نہیں ہوتا جذام اور کوڑھ کے مریضوں کے لئے زیتون کے تیل کی مالش بہت ہی فائدہ مند ثابت ہوتی ہے۔

بواسیر، مردانہ کمزوری، زخم، معدے کی گرمی کا علاج

زیتون کا تیل بیرونی جسم پر بھی صحت مندانہ اثرات ڈالتا ہے جلے ہوئے زخموں پر زیتون کا تیل لگانے سے زخم جلد مندمل ہوجاتے ہیں جلدی امراض میں تیل کا استعمال اکسیر کی حیثیت رکھتا ہے بواسیر کے مرض میں زیتون کے تیل کا استعمال فائدہ دیتا ہے اس سے بواسیر کا مرض جاتا رہتا ہے اور مکمل طور پر شفا حاصل ہوجاتی ہے۔

زیتون کا تیل مردانہ کمزوری کے لئے بھی مفید ہے اس کے علاوہ بھی زیتون کے تیل کے بے شمار فوائد ہیں حتیٰ کے اگر کان میں پانی پڑ جائے جس کی وجہ سے تنگی ہو رہی ہو تو فوراً زیتون کے تیل کے چند قطرے کان میں ٹپکائیں جس سے کان میں پڑا ہوا پانی نکل جاتا ہے اگر زیتون کے پھل کا اچار بنا کر استعمال کیا جائے تو معدے کی گرمی دور ہوجاتی ہے جس سے بھوک خوب لگتی ہے نہ ٹھیک ہونے والے زخموں اور پھوڑوں پر زیتون کا تیل لگانے سے آرام آجاتا ہے اگر زخم بدبودار ہوجائیں تو ان پر بھی زیتون کا تیل لگانے سے زخم جلد مندمل

ہو جاتے ہیں اور بدبو جاتی رہتی ہے زیتون کا تیل پیشاب کی جملہ بیماریوں کو ٹھیک کر دیتا ہے پیشاب میں رکاوٹ دور ہو جاتی ہے اور پیشاب آنے کا عمل آسانی کے ساتھ ہو جاتا ہے۔

چہرے، دانتوں، مسوڑھوں کا علاج

زیتون کے تیل کو مسلسل پینے والے کی طبیعت ہشاش بشاش رہتی ہے چہرے پر شادابی آجاتی ہے رنگ نکھر جاتا ہے دانتوں کے امراض میں زیتون کے تیل کا استعمال فائدہ دیتا ہے زیتون کے تیل میں خوردنی نمک ملا کر دانتوں پر ملنے سے دانت صاف ہو جاتے ہیں مسوڑھوں پر ملنے سے پائیوریا (PHYORRHEA) (دانتوں کا ایسا مرض جس میں مسوڑھوں سے بدبودار پیپ نکلتی ہے، جس کی وجہ سے منہ میں سخت بدبو پیدا ہو جاتی ہے) جیسی بیماری سے نجات حاصل ہو جاتی ہے مسوڑھوں سے خون رسنا بند ہو جاتا ہے مسوڑھے مضبوط ہو جاتے ہیں جس سے ان میں ہونے والے درد سے آرام آجاتا ہے۔

فالج، لقوہ، زہر، پیچش کا علاج

❁...... فالج اور لقوہ (ایسا مرض جس میں منہ ٹیڑھا ہو جاتا ہے) کے مریضوں کو ہر روز مسلسل زیتون کے تیل کی مالش کی جائے تو جلد ہی اس کے اچھے اثرات نکلتے ہیں ان کے اعضاء میں خون کی گردش رواں ہو جاتی ہے اور تھوڑے ہی عرصہ میں ان کو اس عارضہ سے نجات مل جاتی ہے عرق النساء کے مریضوں کے لئے زیتون کا تیل فائدہ دیتا ہے زیتون کا تیل ہر قسم کے زہریلے اثرات کو زائل کر دیتا ہے زہر کھانے کی وجہ سے جو خرابیاں پیدا ہو جاتی ہیں ان کو درست کرنے کے لئے زیتون کا تیل اکسیر کی حیثیت رکھتا ہے۔ جس نے زہر کھا لیا ہو اس مریض کو مسلسل زیتون کا تیل پلانے سے اسے جلد شفا حاصل ہو جاتی ہے پیچش کے مرض میں مبتلا افراد اس کا استعمال کریں تو ان کو اس مرض سے جلد ہی نجات مل جاتی ہے۔

جوڑوں، جھڑتے بالوں، گٹھیا، بچھو کے کاٹے کا علاج

❁...... پٹھوں اور جوڑوں کے درد میں زیتون کے تیل کی مالش کرنے سے آرام آجاتا ہے ہر روز بلاناغہ سر پر زیتون کے تیل کی مالش کرنے سے بالوں کی جڑیں مضبوط

ہوتی ہیں جن افراد کے بال کثرت سے جھڑتے ہوں ان کے لئے زیتون کے تیل کی مالش کرنا انتہائی فائدہ مند ہے وقت سے پہلے سفید ہونے والے بال کو روکتا ہے سر پر زیتون کے تیل کی مالش سے بالوں کی نشو ونما میں اضافہ ہو جاتا ہے جس جگہ بالوں کی جڑیں کمزور ہو گئی ہوں وہاں پر زیتون کے تیل کی مالش سے جڑوں میں طاقت اور قوت آ جاتی ہے۔

❁...... بچھو کے کاٹے پر لگانے سے اسی وقت ٹھنڈک پڑ جاتی ہے روغن زیتون بالوں کو سیاہ کرتا ہے اس کا استعمال سدّے یعنی گانٹھیں کھول دیتا ہے قبض کا خاتمہ کرتا ہے زیتون کے ضماد یعنی لیپ سے سر درد میں آرام آ جاتا ہے۔

❁...... علماء کرام تحریر کرتے ہیں کہ اللہ رب العزت نے زیتون میں بہت ہی زیادہ فوائد رکھے ہیں اگر زیتون کا اچار سرکہ میں ڈال کر کھایا جائے تو معدہ قوی ہو جاتا ہے اور خوب بھوک لگتی ہے اس کے کھانے سے آدمی تندرست رہتا ہے قوت باہ میں اضافہ ہوتا ہے اور اگر زیتون کا مغز آٹے اور چربی میں ملا کر برص کی جگہ پر لگائیں تو ان شاء اللہ تعالیٰ برص جاتا رہے گا زیتون سے کلی کرنے سے دانت مضبوط ہو جاتے ہیں درد قولنج کے لئے بھی فائدہ مند ہے۔

❁...... کھجور ...... ❁

کھجور کسی تعارف کی محتاج نہیں، اس کو عربی نخیل اور انگریزی میں (Dates) کہتے ہیں۔ اللہ رب العزت نے قرآن کریم میں بھی کھجور کا ذکر کیا ہے چنانچہ سورۂ النحل میں ارشاد ہوتا ہے کہ:

هُوَ الَّذِیْۤ اَنْزَلَ مِنَ السَّمَآءِ مَآءً لَّكُمْ مِّنْهُ شَرَابٌ وَّ مِنْهُ شَجَرٌ فِیْهِ تُسِیْمُوْنَ ۝ یُنْۢبِتُ لَكُمْ بِهِ الزَّرْعَ وَ الزَّیْتُوْنَ وَ النَّخِیْلَ وَ الْاَعْنَابَ وَ مِنْ كُلِّ الثَّمَرٰتِؕ اِنَّ فِیْ ذٰلِكَ لَاٰیَةً لِّقَوْمٍ یَّتَفَكَّرُوْنَ ۝ (النحل، آیت ۱۱)

ترجمۂ کنز الایمان: ”وہی ہے جس نے آسمان سے پانی اتارا اس سے تمہارا پینا ہے اور

اس سے درخت ہیں جن سے چَراتے ہو اس پانی سے تمہارے لئے کھیتی اگاتا ہے اور زیتون اور کھجور اور انگور اور ہر قسم کے پھل بیشک اس میں نشانی ہے دھیان کرنے والوں کو"۔

وَهُوَ الَّذِیْٓ اَنْشَاَ جَنّٰتٍ مَّعْرُوْشٰتٍ وَّ غَیْرَ مَعْرُوْشٰتٍ وَّ النَّخْلَ وَ الزَّرْعَ مُخْتَلِفًا اُكُلُهٗ وَ الزَّیْتُوْنَ وَ الرُّمَّانَ مُتَشَابِهًا وَّ غَیْرَ مُتَشَابِهٍ ؕ كُلُوْا مِنْ ثَمَرِهٖۤ اِذَاۤ اَثْمَرَ وَ اٰتُوْا حَقَّهٗ یَوْمَ حَصَادِهٖ ۖ٘ وَ لَا تُسْرِفُوْا ؕ اِنَّهٗ لَا یُحِبُّ الْمُسْرِفِیْنَ ﴿۱۴۱﴾

ترجمۂ کنزالایمان: اور وہی ہے جس نے پیدا کئے باغ کچھ زمین پر چھئے ہوئے اور کچھ بے چھئے اور کھجور اور کھیتی جس میں رنگ رنگ کے کھانے اور زیتون اور انار کسی بات میں ملتے اور کسی میں الگ کھاؤ اس کا پھل جب پھل لائے اور اس کا حق دو جس دن کٹے اور بے جا نہ خرچو بے شک بے جا خرچنے والے اسے پسند نہیں"۔ (سورۂ انعام، آیت ۱۴۱)

❁ احادیثِ مبارکہ کی روشنی میں

حضور اکرم (ﷺ) نے کھجور کو بطور پھل پسند فرمایا جس کا ذکر گزشتہ صفحات میں ہو چکا ہے علاوہ ازیں آپ (ﷺ) نے اسے دوا کے طور پر بھی استعمال فرمایا۔ کھجور کی بہت سی قسمیں ہیں ان میں سے سیاہی مائل کھجور عجوہ کو بطور خاص آپ (ﷺ) نے بہت سے امراض کا علاج بتایا۔

(۱) حضرت سیدتنا عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا بیان فرماتی ہیں:

"ان رسول اللّٰه (صلی اللہ تعالیٰ علیہ وآلہ وسلم) قال: ان فی عجوۃ العالیۃ شفاء أو انها تریاق أول البکرۃ"۔ (مسلم، الصحیح، ۳: ۱۶۱۹، کتاب الاشربہ، رقم: ۲۰۴۸)

ترجمہ: "رسول اللہ (ﷺ) نے فرمایا: اس عظیم کھجور عجوہ میں ہر بیماری کی شفاء موجود ہے اور اگر اسے نہار منہ کھایا جائے تو یہ زہر کا تریاق ہے"۔

(۲) حضرت سیدنا عامر بن سعد بن ابی وقاص رضی اللہ تعالیٰ عنہ اپنے والد گرامی سے روایت کرتے ہیں:

"سمعت سعدا یقول: سمعت رسول اللّٰه (صلی اللہ تعالیٰ علیہ وآلہ وسلم)

یقول: من تصبح بسبع طمرات، عجوة، لم یضره ذالک الیوم سم ولا سحر"۔
(مسلم، الصحیح، ۳: ۱۶۱۸ کتاب الاشربہ رقم: ۲۰۴۷)

ترجمہ: "میں نے سعد رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو یہ کہتے ہوئے سنا کہ حضور (ﷺ) نے فرمایا: جس نے صبح اٹھتے ہی عجوہ کھجور کے سات دانے کھا لئے اس دن اسے جادو اور زہر (بھی) نقصان نہ دے سکیں گے"۔

حضور (ﷺ) کی پسندیدہ غذاؤں میں کھجور کی اہمیت بہت زیادہ ہے احادیث کی کتب میں جابجا کھجوروں کے بارے میں تذکرہ ان کی طبی اور دیگر خواص کے ساتھ ملتا ہے حضور (ﷺ) نے جہاں پر کھجوریں بطور غذا کے کثرت کے ساتھ استعمال کی ہیں وہاں دوسروں کو بھی اس کی افادیت بتائی ہے۔

❂ گھر میں کھجوروں کا ہونا

حضرت سیدتنا عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا فرماتی ہیں کہ نبی کریم (ﷺ) نے فرمایا کہ جس گھر میں کھجور ہو اس گھر والے کبھی بھوکے نہ رہیں گے"۔ (مسلم شریف)

اس حدیث پاک سے ہمیں یہ معلوم ہوا کہ حضور (ﷺ) کے نزدیک کھجور کی اہمیت اس قدر زیادہ ہے آپ یہ فرما رہے ہیں کہ جس گھر میں کھجوریں موجود ہیں گویا اس گھر والوں کو کسی دوسری غذا کی حاجت نہیں ہے حضور (ﷺ) کے اس قول سے بھی اس بات کو تقویت ملتی ہے جس کی روایت حضرت سیدتنا سلمیٰ رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے فرمائی ہے کہ:

حضور نبی کریم (ﷺ) نے فرمایا کہ جس گھر میں کھجوریں نہ ہوں وہ گھر ایسا ہے جیسے اس میں کھانا نہ ہو"۔

اس روایت سے معلوم ہوا ہے کہ وہ گھر جس میں کھانے پینے کی دوسری غذائیں تو موجود ہوں مگر کھجوریں نہ ہوں تو گویا اس گھر میں کھانے کی کوئی چیز موجود نہیں ہے۔

❂ کھجوریں بطور سالن

روایات میں ہمیں یہ پتا چلتا ہے کہ اکثر اوقات حضور (ﷺ) نے روٹی کے ساتھ

کھجور کو بطور سالن کے استعمال کیا ہے چنانچہ حضرت یوسف بن عبداللہ بن سلام رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے فرماتے ہیں کہ:

''میں نے نبی کریم (ﷺ) کو دیکھا کہ وہ جو کی روٹی کے ٹکڑے پر کھجوریں رکھے ہوئے تھے پھر ارشاد فرمایا کہ یہ اس روٹی کے ساتھ سالن ہے''۔ (سنن ابوداؤد شریف)

یعنی حضور (ﷺ) کو کھجوریں اس حد تک پسند تھیں کہ ان کو روٹی کے ساتھ بطور سالن بھی تناول فرمایا اس چیز کا تذکرہ بھی ملتا ہے کہ حضور (ﷺ) نے مکھن اور تربوز کے ساتھ کھجوریں بھی تناول فرمائی ہیں۔

❁ نیم پکی ہوئی کھجوریں تناول فرمانا

بیہقی کی روایت ہے اور راوی حضرت سیدنا عسیب رضی اللہ تعالیٰ عنہ ہیں فرماتے ہیں کہ ایک شام حضور (ﷺ) نے مجھے ساتھ لیا چلتے چلتے راستے میں حضرت سیدنا ابوبکر صدیق وسیدنا عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہما کو ساتھ لے لیا اور ہم سب ایک انصاری کے باغ میں گئے حضور (ﷺ) نے باغ کے مالک سے فرمایا کہ ہمیں نیم پکی ہوئی کھجوریں کھلائے وہ انصاری گیا اور کھجوریں لے آیا اس میں سے حضور (ﷺ) اور صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین نے سیر ہو کر کھجوریں تناول فرمائیں۔ (بیہقی)

❁ کھجور کے درخت کی مثال

حضرت سیدنا عبداللہ ابن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہما بیان فرماتے ہیں کہ ہم صحابہ رضی اللہ تعالیٰ عنہم سیدنا رسول کریم (ﷺ) کی خدمت اقدس میں حاضر تھے کہ اسی اثناء میں کھجور کا گابھہ آپ (ﷺ) کی خدمت میں لایا گیا آپ (ﷺ) نے فرمایا کہ:

''درختوں میں ایک ایسا درخت ہے جو مسلمان مرد کی طرح ہوتا ہے اس کی پتیاں نہیں جھڑتیں بتاؤ وہ کون سا درخت ہے؟ لوگوں نے جنگلی درختوں کو شمار کرنا شروع کر دیا جبکہ میرے دل میں یہ بات آئی کہ یہ کھجور کا درخت ہے چنانچہ میں نے ارادہ کیا کہ کہہ دوں یہ کھجور کا درخت ہے پھر جب میں نے

مجلس پاک پر نظر دوڑائی تو میں سب سے کم عمر تھا چنانچہ میں خاموش رہا حتیٰ کے خود حضور (ﷺ) نے ارشاد فرمایا کہ "یہ کھجور کا درخت ہے"۔ جب یہ بات میں نے اپنے والد حضرت سیدنا عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو بتائی تو انہوں نے مجھ سے فرمایا کہ "عقل مند! اگر تو کہہ دیتا تو بہت ہی اچھا ہوتا"۔

(صحیح بخاری وصحیح مسلم شریف)

❁ پرانی کھجور کے ساتھ تازہ کھجور

حضرت سیدتنا عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا روایت کرتی ہیں کہ حضور (ﷺ) نے فرمایا کہ:

"پرانی کھجور کے ساتھ تازہ کھجور ملا کر کھاؤ کیونکہ جب شیطان ایسا کرتے ہوئے کسی کو دیکھتا ہے تو افسوس کرتا ہے کہ پرانی کے ساتھ نئی کھجور کھا کر ابن آدم تو صحت مند ہو گیا"۔ (ابن ماجہ ونسائی شریف)

❁ کھجوریں اور ککڑی

حضرت سیدنا عبداللہ بن جعفر رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے فرماتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ (ﷺ) کو دیکھا کہ آپ (ﷺ) کھجوروں کے ساتھ ککڑی تناول فرما رہے تھے"۔ (مسلم، ترمذی، ابن ماجہ شریف)

❁ رات کا کھانا

حضرت سیدنا انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ سیدنا رسول کریم (ﷺ) نے فرمایا کہ:

"رات کا کھانا ہرگز نہ چھوڑو خواہ ایک مٹھی کھجور ہی میسر ہو کیونکہ رات کا کھانا چھوڑنے سے بڑھاپا طاری ہو جاتا ہے"۔ (ترمذی شریف)

کھجور سے افطاری

حضرت سیدنا انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ سیدنا رسول کریم (ﷺ) پکی ہوئی تازہ کھجور سے روزہ افطار فرماتے تھے اگر وہ میسر نہ ہوتو پھر پرانی کھجور سے اور اگر وہ بھی میسر نہ ہوتو پانی اور ستو سے (افطار فرماتے تھے)۔

دعوتِ ولیمہ

حضرت سیدنا انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے ام المؤمنین حضرت صفیہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی شادی اور ولیمہ کے ضمن میں فرمایا کہ:

''میں لوگوں کو دعوت ولیمہ پر بلا کر لایا چمڑے کا دستر خوان بچھایا گیا اور اس پر کھجور اور پنیر اور گھی رکھا گیا تھا''۔ (بخاری شریف)

بعض روایات میں آتا ہے کہ یہ تینوں چیزیں الگ الگ نہ تھیں بلکہ ان کو مکس کر کے ان کا حلوہ تیار کر کے دستر خوان کی زینت بنایا گیا تھا اور اسے حلوہ حسیس کہا جاتا ہے۔

حضرت سیدنا سہل بن سعد الساعدی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ فرماتے ہیں کہ ابو اسید الساعدی (رضی اللہ تعالیٰ عنہ) نے اپنی شادی کے ولیمہ پر حضور (ﷺ) کو دعوت پیش کی اور حضور ﷺ نے دعوت قبول فرمائی ان کی بیوی خدمت کرتی رہیں اور آپ جانتے ہیں کہ انہوں نے حضور (ﷺ) کو کیا پلایا؟ انہوں نے رات کو مٹی کے ایک کونڈے میں کھجوریں بھگو کر رکھ دی تھیں اور صبح کے وقت آپ کو یہ پانی پلایا گیا۔ (بخاری شریف)

بیٹھ کر کھجوریں تناول فرمانا

حضرت سیدنا انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے فرماتے ہیں کہ میں نے حضور (ﷺ) کو دیکھا کہ آپ (ﷺ) اکڑوں بیٹھ کر کھجوریں تناول فرما رہے تھے۔ (مسلم شریف)

دوسری روایت میں یہ اضافہ ہے کہ حضور (ﷺ) اس طرح بیٹھے ہوئے جلدی جلدی کھجوریں تناول فرما رہے تھے۔

✪ کھجوریں کھول کر دیکھنا

حضرت سیدنا انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ بیان فرماتے ہیں کہ سیدنا رسول کریم (ﷺ) کے پاس پرانی کھجوریں آئیں تو آپ (ﷺ) نے ان کو کھول کر دیکھا اور ان میں سے سُرسُریاں نکالتے رہے۔(ابوداؤد شریف)

✪ کھجوریں اور مکھن

حضرت سیدنا بسر رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے صاحبزادے سے روایت ہے فرماتے ہیں کہ سیدنا رسول کریم (ﷺ) ہمارے یہاں تشریف لائے تو ان کی خدمت میں ہم نے مکھن اور کھجور پیش کیں کیونکہ آپ (ﷺ) کو مکھن کے ساتھ کھجوریں پسند تھیں۔

(ابوداؤد و ابن ماجہ شریف)

✪ ادب کا لحاظ

سفیان جبلہ بن سحیم سے مروی ہے فرماتے ہیں کہ میں نے حضرت سیدنا عبداللہ بن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہما کو فرماتے ہوئے سنا کہ سیدنا رسول کریم (ﷺ) نے اس بات سے منع فرمایا ہے کہ کوئی شخص دوسرے اہل مجلس کی اجازت کے بغیر بیک وقت دو یا ان سے زائد کھجوریں اکٹھی کھائے۔(بخاری، مسلم، ابن ماجہ شریف)

✪ امراضِ قلب کا علاج

حضرت سیدنا سعد بن ابی وقاص رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ ایک مرتبہ میں بیمار ہوا تو حضور (ﷺ) میری عیادت کے لئے تشریف لائے آپ (ﷺ) نے اپنا دست اقدس میری چھاتیوں کے درمیان سینہ پر رکھا اس دستِ مبارک کی ٹھنڈک میرے دل تک محسوس ہوئی پھر آپ (ﷺ) نے فرمایا کہ:

"تمہیں دل کی تکلیف ہے (یا دل کا دورہ پڑا ہے) تم حارث بن کلدہ ثقفی (طبیب) کے پاس جاؤ کیونکہ وہ طبیب ہے اسے چاہیے کہ وہ مدینہ طیبہ کی

عجوہ کھجور کے سات دانے لے کر انہیں کوٹ لے اور تمہیں کھلا دے"۔

(ابوداؤد، مشکوۃ المصابیح، مسند احمد، ابونعیم)

علمائے کرام نے تحریر کیا ہے کہ اللہ رب العزت نے مدینہ طیبہ کی کھجوروں میں یہ خاصیت رکھی ہے کہ وہ دل کے دورے کے لئے فائدہ مند ہوتی ہیں دل کی ہر بیماری میں ان کے استعمال سے شفا حاصل ہوتی ہے اور پھر جس بیماری کا علاج حضور (ﷺ) نے سات عجوہ کھجوریں بتایا ہو اس سے زیادہ مستند بات اور کیا ہو سکتی ہے اور آپ (ﷺ) نے جو سات کا عدد فرمایا ہے اس کی حکمت کے متعلق اللہ تعالیٰ اور اس کے پیارے رسول (ﷺ) ہی جانتے ہیں۔

⊛ زہر اور جادو سے بچاؤ

حضرت سیدنا سعد بن ابی وقاص رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ سیدنا رسول کریم (ﷺ) نے فرمایا کہ:

"جو شخص ہر روز صبح کے وقت سات عجوہ کھجوریں کھا لیا کرے اسے اس دن زہر اور جادو سے کوئی نقصان نہ پہنچے گا"۔ (بخاری ومسلم شریف)

⊛ ہر بیماری کا علاج

حضرت ابوسعید خدری رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ فرماتے ہیں کہ ہجر کے رہنے والوں کا ایک وفد حضور (ﷺ) کی خدمت اقدس میں حاضر ہوا گفتگو کے دوران حضور (ﷺ) نے ان کے علاقہ کی کھجوروں کے نام شمار کرنا شروع کیئے جو کہ کافی تعداد میں تھے اس پر ان میں سے ایک شخص نے عرض کیا کہ یارسول اللہ! (ﷺ) میرے ماں باپ آپ پر قربان ہوں اگر آپ کی ولادت باسعادت ہجر میں ہوئی ہوتی تو اس سے زیادہ ناموں کے بارے میں علم نہ ہوتا میں گواہی دیتا ہوں کہ آپ (ﷺ) بلاشبہ اللہ کے رسول ہیں حضور (ﷺ) نے فرمایا ابھی میرے سامنے تمہاری سرزمین کو پیش کیا گیا اور اس کو میں نے ایک سرے سے دوسرے سرے تک دیکھ لیا اور تمہاری کھجوروں میں بہترین کھجور برنی

ہیں وہ بیماری کو دور کرتی ہیں اور اس میں کوئی بیماری نہیں۔ (مستدرک حاکم)

❁ زہر اثر نہ کرے

حضرت عامر بن سعید رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے فرماتے ہیں کہ حضور (ﷺ) نے فرمایا کہ:

"جس کسی نے مدینۂ طیبہ کے دو پہاڑوں کی درمیانی وادی میں پیدا ہونے والی کھجوروں میں سے نہار منہ سات کھجوریں کھالیں اسے شام تک کوئی زہر اثر نہ کرے گا اور جس نے شام کو کھائیں تو وہ صبح تک حفاظت میں رہے گا"۔

(مسند احمد)

❁ مرض قُولنج (بڑی انتڑی کا درد) سے نجات

حضرت سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے فرماتے ہیں کہ حضور اکرم (ﷺ) نے فرمایا کہ:

"کھجور کھانے سے قولنج نہیں ہوتا"۔ (ابونعیم)

❁ پیٹ کے کیڑوں کا خاتمہ

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما سے مروی ہے کہ حضور (ﷺ) نے فرمایا کہ:

"صبح نہار منہ کھجوریں کھایا کرو کیونکہ ایسا کرنے سے پیٹ کے کیڑے ہلاک ہو جاتے ہیں"۔ (مسند فردوس)

❁ زہر سے شفاء

حضرت سیدنا عبداللہ بن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہما سے مروی ہے فرماتے ہیں کہ:

"عجوہ کھجور جنت سے ہے اس میں زہر سے شفا ہے"۔ (ابن النجار)

❁ دبلے پن کا علاج

حضرت سیدنا عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے مروی ہے فرماتی ہیں کہ:

"شادی سے قبل میں نے ککڑی اور کھجوریں کھائیں اور خوب فربہ (موٹی) ہو گئی"۔ (بخاری، مسلم، ابن ماجہ)

❁ احتیاط کی بات

حضرت منذر بنت قیس انصاریہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے روایت ہے کہ حضور (ﷺ) اور حضرت سیدنا علی کرم اللہ تعالیٰ وجہہ الکریم خوشوں سے کھجوریں کھانے لگے پھر حضور (ﷺ) نے حضرت علی کرم اللہ تعالیٰ وجہہ الکریم کو منع فرمایا کہ اے علی! تم بس کرو کیونکہ تم ابھی کمزور ہو اور بیماری سے اٹھے ہو"۔ (ترمذی، ابوداؤد، مسند احمد)

حضرت سیدنا جابر بن عبد اللہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ سیدنا رسول کریم (ﷺ) نے منقیٰ اور کھجور کو ایک ہی وقت میں کھانے سے منع فرمایا ہے۔ (بخاری شریف)

حضرت سیدنا صہیب رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے فرماتے ہیں کہ حضور (ﷺ) نے مجھ سے فرمایا کہ:

"تم کھجوریں کھا رہے ہو حالانکہ تمہاری آنکھیں دکھ رہی ہیں"۔ (طبری)

❁ جملہ امراض کا کھجور سے علاج

خشک کھجوریں دودھ میں پکا کر کھانے سے قوت باہ میں اضافہ ہوتا ہے نہار منہ کھجوریں کھانا جسمانی کمزوری کو ختم کرتا ہے اس کا باقاعدہ استعمال جگر کو تقویت پہنچاتا ہے معدے کی جملہ بیماریاں اس سے دور ہو جاتی ہیں اور معدے کو طاقت حاصل ہوتی ہے۔

مردانہ کمزوری کے مریض اس کا استعمال مسلسل جاری رکھیں تو ان کو فائدہ ہوگا نہار منہ کھانے سے پیٹ کے کیڑے اور دوسری بیماریاں رفع ہو جاتی ہیں کھجوریں کھانا بلغم کے مریضوں کے لئے بھی فائدہ مند ہے یہ بلغم کا اخراج آسانی کے ساتھ کرتی ہیں گردوں کی سوزش میں کھجوروں کا پانی یا شربت بنا کر پلانا افاقہ کرتا ہے پرانی قبض اس سے دور ہو جاتی ہے آنتوں کے ورم کو دور رکھتی ہے کھجور کی گٹھلیاں پیس کر ان کا سرمہ بھی بنایا جاتا ہے جو

آنکھوں کے جملہ امراض میں مفید ثابت ہوا ہے کالا موتیا اور دیگر امراض چشم میں ان کا سرمہ اکسیر کی حیثیت رکھتا ہے کھجور کو ابال کر خوب اچھی طرح جوشاندہ کی شکل میں بنا کر پینے سے سوزاک اور صفراوی طبیعت کے مریضوں کے لئے اس سے شافی اور کوئی علاج نہیں۔

ٹی بی، بخار، پائیوریا(PHYORRHEA)، دانتوں کی دیگر بیماریوں کا علاج

تپ دق (ٹی بی، پرانا بخار جو عموماً پھیپڑوں کے خراب ہونے کی وجہ سے آتا ہے) کے مرض میں مبتلا افراد کھجوروں کا مسلسل استعمال کریں تو ان کا عارضہ جلد جاتا رہے کھجور غذائیت سے بھرپور ہوتی ہے اس لئے بخار کے بعد کمزوری کی حالت میں ہر روز چند کھجوریں کھالینا جسم کی توانائی کو بحال کر دیتا ہے۔ کھجور تو مفید ہے ہی اس کی گٹھلی بھی بے شمار فوائد کی حامل ہوتی ہے کھجور کی گٹھلیاں جلا کر باریک پیس لیں اور منجن کی طرح استعمال کریں اس سے پائیوریا(PHYORRHEA)(دانتوں کا ایسا مرض جس میں مسوڑھوں سے بدبودار پیپ نکلتی ہے، جس کی وجہ سے منہ میں سخت بدبو پیدا ہو جاتی ہے) کا مرض جاتا رہتا ہے دانتوں پر جمی ہوئی میل کی تہہ کو ختم کر دیتی ہے مسوڑھوں سے رستا ہوا خون اس منجن کے ملنے سے بند ہو جاتا ہے، جس کی وجہ سے منہ سے اٹھنے والی بدبو بھی ختم ہو جاتی ہے اس سے معلوم ہوا کہ کھجور کی گٹھلی کا منجن دانتوں کی جملہ امراض میں بھی فائدہ دیتا ہے۔

دل کی بیماریاں، بلڈ پریشر، اسہال، پیچش، کا علاج

دل کے مریضوں کے لئے کھجوروں کا استعمال بہترین ہے شریانوں میں دوڑنے والے خون کی رکاوٹ کو دور کر کے فائدہ پہنچاتی ہیں بلڈ پریشر کے مریض روزانہ چند دانے کھجوروں کے کھائیں تو ان کا دوران خون اعتدال پر رہتا ہے خون کے فساد کو کھجوریں دور کرتی ہیں جس سے چہرے پر رونق بڑھ جاتی ہے بدن کی چستی اور پھرتی میں اضافہ ہو جاتا ہے اس کی گٹھلی کا سرمہ آنکھوں کی چمک کو بڑھاتا ہے آنکھوں میں دھند اور جالے کی کیفیت کو ختم کر کے آنکھوں کی روشنی میں اضافہ کرتا ہے اطباء قدیم و جدید کے نزدیک

کھجوریں جسم انسانی کی تمام غذائی ضروریات کو پورا کرنے کی ہر طرح سے صلاحیت رکھتی ہیں کھجور کے درخت کی جڑیں بھی فائدہ مند ہیں ان کو جلا کر سفوف بنائیں اور رستے ہوئے زخموں پر لگانے سے آرام آجاتا ہے اس کا مرہم زخموں پر لگانے سے زخم مندمل ہو جاتے ہیں کھجوروں کا استعمال یرقان (Jaundice) کے مرض میں بھی فائدہ مند ہے کھجوریں کھانے سے جسم کے فاسد مادے خارج ہو جاتے ہیں اسہال اور پیچش کے مریض کھجوریں کھانے سے جلد صحتیاب ہو جاتے ہیں۔

کھجوروں کے بے شمار طبی فوائد ہیں آج ہمارے جدید حکماء تحقیق کے بعد کھجوروں کے جو فوائد انسانی جسم پر مرتب ہوتے ہیں ان کا بیان کر کے دراصل اس حقیقت کا اعتراف کرتے ہیں جو آج سے چودہ سو سال قبل حضور (ﷺ) نے کھجوروں کے غذائی اور شفائی خواص بیان فرمادیئے تھے۔

کھجوروں کی بطور غذا جتنی بھی تعریف کی جائے کم ہے اس سے وہ فوائد حاصل ہوتے ہیں جن کی انسانی جسم کو ضرورت ہوتی ہے یہ جنت کا میوہ ہے حاملہ عورتوں کے لئے بھی کھجوروں کا استعمال مفید ہے حیض کی خرابی میں مبتلا عورتیں کھجوروں کو بطور علاج استعمال کریں تو ان کو فائدہ ہوگا کھجور ایک جلد ہضم ہونے والی غذا ہے اسے نہار منہ کھایا جائے تو معدے پر بھاری پن پیدا نہیں کرتی جسم میں موجود تیزابیت کو رفع کرتی ہے قولنج کے درد میں کھجوروں کا استعمال فائدہ مند ہے مدینہ منورہ کی مشہور کھجور کی قسم عجوہ کے بارے میں حضور (ﷺ) کا فرمان ہے کہ عجوہ کھجور ہر بیماری کا شافی علاج ہے اگر اس کو نہار منہ کھایا جائے تو یہ زہر کے لئے بھی تریاق ہے۔ (مسلم شریف)

حدیث کی کتب میں ملتا ہے کہ حضور (ﷺ) اکثر اوقات رات کو کھجوریں بھگو کر رکھ دیتے تھے اور صبح اس کا پانی نوش فرماتے تھے یہ پانی جسم میں توانائی اور تازگی پیدا کرتا ہے۔ کھجور کو دودھ میں پکا کر استعمال کرنے سے اعصاب کو قوت ملتی ہے حکماء کہتے ہیں کہ کھجور کے درخت سے نکلنے والی گوند پیشاب کی تکلیف میں فائدہ مند ہوتی ہے اس کے

استعمال سے مثانے کی نالیوں میں موجود سوزش دور ہو جاتی ہے جس سے پیشاب کی جملہ بیماریاں دور ہو جاتی ہیں امراض قلب کے مریض ہر روز چند کھجوریں کھائیں تو ان کو فائدہ ہو گا ہمارے پیارے نبی (صلی اللہ علیہ وسلم) کی پیاری غذاؤں میں کھجور کا بطور غذا استعمال انتہائی مفید ہے قدیم دور سے لے کر آج تک کے تمام اطباء نے کھجور کو اس کی غذائی اور شفائی افادیت کے ساتھ تسلیم کیا ہے جہاں پر بھی کھجوروں کا ذکر آیا ہے وہیں ان کی غذائیت سے بھر پور فائدہ پہنچانے والی صلاحیت سے کسی صورت بھی انکار نہیں کیا گیا ہے۔

حضور (صلی اللہ علیہ وسلم) نے کھجوروں کا استعمال جس بھی انداز سے کیا ہے اس سے معلوم ہوتا ہے کہ کھجوروں کی غذائی اور طبی حیثیت ہر حالت میں برقرار رہی ہے کہیں تذکرہ ملتا ہے کھجوروں کا حلوہ بنانے کا کہیں دودھ میں پکا کر کہیں سادہ کھجوریں کھانے کا کہیں کھجوروں سے شربت بنا کر گویا ہر حالت میں طبیب اعظم رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی سنت کریمہ پر عمل کرتے ہوئے کھجور کا استعمال انسان کیلئے فائدہ مند ہے اور جسم کی بیماریوں کیلئے شفا بخش ہے اس کے مسلسل استعمال سے بھی کوئی نقصان نہیں اس کی غذائی حیثیت آج بھی مسلمہ ہے۔

......انار......

حضور نبی کریم (صلی اللہ علیہ وسلم) نے اپنی پیاری اور پسندیدہ غذاؤں میں انار کو بھی شرف قبولیت بخشا ہے۔ اس کو عربی میں رُمّان اور انگریزی میں (Pomegranate) کہتے ہیں۔ دنیا کے بیشتر ممالک میں انار کے درخت پائے جاتے ہیں۔ انار کی بے شمار قسمیں ہیں لیکن دنیا میں سب سے اچھا اور زیادہ شیریں ذائقے والا انار پاکستان میں ہی پایا جاتا ہے پاکستان میں عام طور پر انار کے دو ذائقے مشہور ہیں شیریں اور ترش۔ اس کے علاوہ صوبہ سرحد میں اناروں کے ایسے درخت بھی پائے جاتے ہیں جن کے اناروں کا ذائقہ انتہائی کھٹا ہوتا ہے انار کی اس قسم سے انار دانہ بنایا جاتا ہے انار بے شمار خوبیوں کا مظہر ہے اس کے کھانے سے بے شمار طبی فوائد حاصل ہوتے ہیں قرآن کریم میں اللہ تعالیٰ نے انار کا ذکر فرمایا ہے۔

❁ قرآن کریم کی روشنی میں

قرآنِ کریم میں انسان کے لئے مختلف اقسام کی نعمتوں کا ذکر کرتے ہوئے ارشاد باری تعالیٰ ہوتا ہے کہ

وَهُوَ الَّذِیْۤ اَنْزَلَ مِنَ السَّمَآءِ مَآءًۚ فَاَخْرَجْنَا بِهٖ نَبَاتَ كُلِّ شَیْءٍ فَاَخْرَجْنَا مِنْهُ خَضِرًا نُّخْرِجُ مِنْهُ حَبًّا مُّتَرَاكِبًاۚ وَ مِنَ النَّخْلِ مِنْ طَلْعِهَا قِنْوَانٌ دَانِیَةٌ وَّ جَنّٰتٍ مِّنْ اَعْنَابٍ وَّ الزَّیْتُوْنَ وَ الرُّمَّانَ مُشْتَبِهًا وَّ غَیْرَ مُتَشَابِهٍؕ اُنْظُرُوْۤا اِلٰى ثَمَرِهٖۤ اِذَاۤ اَثْمَرَ وَ یَنْعِهٖؕ اِنَّ فِیْ ذٰلِكُمْ لَاٰیٰتٍ لِّقَوْمٍ یُّؤْمِنُوْنَ ﴿۹۹﴾

ترجمۂ کنزالایمان: ”اور وہی ہے جس نے آسمان سے پانی اتارا تو ہم نے اس سے ہر اُگنے والی چیز نکالی تو ہم نے اس سے نکالی سبزی جس میں سے دانے نکالتے ہیں ایک دوسرے پر چڑھے ہوئے اور کھجور کے گابھے سے پاس پاس گچھے اور انگور کے باغ اور زیتون اور انار کسی بات میں ملتے اور کسی بات میں الگ اس کا پھل دیکھو جب پھلے اور اس کا پکنا بے شک اس میں نشانیاں ہیں ایمان والوں کیلئے“۔(سورۂ انعام، آیت ۹۹)

اللہ تعالیٰ کا فرمان انسانوں کے لئے بہترین مشعل راہ ہے قرآن کریم ہمیں ہر قسم کے پھلوں کو کھانے اور اللہ تعالیٰ کی نعمتوں سے لطف اندوز ہونے کی نوید سناتا ہے مگر اس کے ساتھ یہ بھی فرما دیا گیا ہے کہ حد سے تجاوز نہ کرو کسی بھی غذا کو ضائع نہ کرو کیونکہ غذائیں تو اللہ تعالیٰ کی نعمتیں ہیں جو اللہ تعالیٰ انسانوں کو میسر فرماتا ہے اور انسان ان سے فائدہ حاصل کرتا ہے سورۃ الانعام ہی میں اللہ تعالیٰ نے انار کا مزید تذکرہ فرمایا ہے اور اس کے ساتھ اس حقیقت کو اجاگر کیا ہے کہ مختلف قسم کے پھل جن کی شکلیں اور ذائقے جدا جدا ہیں اللہ تعالیٰ اپنی قدرت سے ان کو پیدا فرماتا ہے

وَ هُوَ الَّذِیْۤ اَنْشَاَ جَنّٰتٍ مَّعْرُوْشٰتٍ وَّ غَیْرَ مَعْرُوْشٰتٍ وَّ النَّخْلَ وَ الزَّرْعَ مُخْتَلِفًا اُكُلُهٗ وَ الزَّیْتُوْنَ وَ الرُّمَّانَ مُتَشَابِهًا وَّ غَیْرَ مُتَشَابِهٍؕ كُلُوْا مِنْ ثَمَرِهٖۤ اِذَاۤ اَثْمَرَ وَ اٰتُوْا حَقَّهٗ یَوْمَ حَصَادِهٖ ﳲ وَ لَا تُسْرِفُوْاؕ اِنَّهٗ لَا یُحِبُّ الْمُسْرِفِیْنَ ﴿۱۴۱﴾

ترجمۂ کنزالایمان: اور وہی ہے جس نے پیدا کیے باغ کچھ زمین پر چھئے ہوئے اور کچھ بے چھئے اور کھجور اور کھیتی جس میں رنگ رنگ کے کھانے اور زیتون اور انار کسی بات میں ملتے اور کسی میں الگ کھاؤ اس کا پھل جب پھل لائے اور اس کا حق دو جس دن کٹے اور بے جا نہ خرچو بے شک بے جا خرچنے والے اسے پسند نہیں"۔ (سورۂ انعام، آیت ۱۴۱)

اللہ تعالیٰ نے انسان کے لئے دنیا میں بے شمار نعمتیں پیدا فرمائی ہیں جن کے ذائقے الگ الگ اور بہت ہی اچھے ہیں اسی طرح جہاں اللہ تعالیٰ نے دنیا میں انسانوں کے لئے بیش بہا نعمتیں پیدا فرمائی ہیں وہاں ایمان والوں کے لئے جنت کی بشارت دیتے ہوئے جنت کی کئی نعمتوں کا تذکرہ بھی کیا ہے چنانچہ ارشاد باری تعالیٰ ہوتا ہے کہ:

فِيهِمَا فَاكِهَةٌ وَّنَخْلٌ وَّرُمَّانٌ ﴿٦٨﴾ فَبِأَيِّ آلَاءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَانِ ﴿٦٩﴾

ترجمۂ کنزالایمان: ان میں میوے اور کھجوریں اور انار ہیں۔ تو اپنے رب کی کونسی نعمت جھٹلاؤ گے۔ (سورۂ رحمٰن، آیت ۶۹،۶۸)

❁ احادیثِ مبارکہ کی روشنی میں

ہمارے پیارے نبی (ﷺ) نے انار کو پسند فرمایا ہے انار کی تعریف اور افادیت کا تذکرہ اکثر احادیث مبارکہ میں پایا جاتا ہے حضور (ﷺ) نے انار کی تعریف کرتے ہوئے ارشاد فرمایا ہے کہ انار میں اکثر بیماریوں سے بچاؤ کی صفت موجود ہیں حضرت سیدنا انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ آپ فرماتے ہیں کہ:

"میں نے رسول اللہ (ﷺ) سے انار کے بارے میں دریافت کیا تو آپ (ﷺ) نے ارشاد فرمایا کہ دنیا میں ایسا کوئی انار نہیں ہوتا جس میں جنت کے اناروں میں سے دانہ شامل نہ ہو"۔ (ابونعیم)

❁ انار کے اندرونی چھلکے

حضرت سیدنا علی کرم اللہ تعالیٰ وجہہ الکریم فرماتے ہیں کہ سیدنا رسول کریم (ﷺ) نے فرمایا کہ:

"انار کھاؤ اس کے اندرونی چھلکے سمیت کیونکہ یہ معدہ کو نئی زندگی عطا کرتا ہے"۔

(ابن قیم)

اس حدیث پاک سے معلوم ہوتا ہے کہ انار کو اس کی اندرونی جھلی سمیت کھانا زیادہ مفید ہے جو انار کے دانوں کے گرد قدرتی طور پر لپٹی ہوتی ہے۔

اس کے علاوہ بھی کئی جگہوں پر حضور (ﷺ) نے انار کی تعریف فرمائی ہے صحابہ کرام رضی اللہ تعالیٰ عنہم نے بھی انار کی غذائی اور طبی افادیت کا تذکرہ کیا ہے قدیم دور سے لے کر اب تک کے تمام طبی ماہرین نے انار کی طبی افادیت بیان کی ہے اور انسان کے لئے اس کا استعمال فائدہ مند قرار دیا ہے انار چاہے ترش ہو یا شیریں فوائد کے لحاظ سے کسی طرح بھی ایک دوسرے سے کم نہیں دونوں کے فوائد تقریباً ملتے جلتے ہیں۔

❁ انار کی طبی افادیت

❁...... شیریں انار معدے کے لئے مفید اور مقوی ہوتا ہے کیونکہ انار میں معمولی قبض ہوتا ہے مگر اس کا جوس پاخانہ کو نرم کرتا ہے یہ حلق سینہ اور پھیپھڑوں کیلئے فائدہ مند ہے کھانسی کو دور کرتا ہے میٹھا انار بدن کو اچھی غذائیت دیتا ہے۔ بہت جلد سرائیت کرتا ہے اور تحلیل ہو جاتا ہے کیونکہ اس میں لطافت پائی جاتی ہے اگر انار کو روٹی کے ساتھ کھایا جائے تو یہ معدہ کی خرابی کو دور کرتا ہے اس کے استعمال سے معدہ میں معمولی حرارت اور ریاح پیدا ہو جاتی ہے یہی وجہ ہے کہ یہ قوتِ باہ کے لئے مقوی ہے۔

❁...... اگر انار کا جوس اس کے اندرونی چھلکے سمیت نکال کر پیا جائے اور اس میں تھوڑا سا شہد ملا کر پکایا جائے اور جب مرہم کی طرح ہو جائے تو آنکھوں میں سرمہ کی طرح لگایا جائے تو اس سے آنکھوں کی زردی ختم ہو جاتی ہے اس سے آنکھوں کی رطوبت غلیظہ صاف ہو جاتی ہے اطباء قدیم کا کہنا ہے کہ جو کوئی انار بستانی کے تین شگوفے ہر سال نگل لے تو اس کو پورے سال میں آشوب چشم کا عارضہ لاحق نہیں ہوگا۔

❁...... اگر انار کا جوس شہد میں ملا کر پکائیں اور مرہم کی طرح معمولی سا گاڑھا کر

لیں اور اس کو مسوڑھوں پر لگائیں تو مسوڑھوں کی خرابی دور ہو جائے گی اگر شیریں اور ترش انار دونوں قسم کے انار کو اس کے اندرونی چھلکے سمیت جوس نکال کر پیا جائے تو دست لانے کے لئے بہت فائدہ مند ہے۔

❁...... انار کے دانے شہد میں پیس کر اس کو انگلی کے سرے کی سوجن اور گندے پھوڑوں پر لگائیں تو جلد افاقہ ہوگا ترش انار معمولی سا قابض ہوتا ہے مگر معدہ کے لئے فائدہ مند ہے پیشاب آور ہوتا ہے اور اس میں دوسری دواؤں کی نسبت پیشاب لانے کی زیادہ صلاحیت ہے ہائی بلڈ پریشر کے مریضوں کے لئے اس کا استعمال بہت ہی فائدہ مند ہے یہ صفراء کو سکون عطا کرتا ہے قے کو روکتا ہے اسہال کو بند کرتا ہے جگر کی حرارت کو کم کرتا ہے صفراوی خفتان میں فائدہ مند ہے بہت سے امراض میں فائدہ دیتا ہے جسم انسانی کے لئے انار کا جوس ایک بہترین ٹانک ہے۔

❁...... انار کا جوس دل کو تسکین وفرحت پہنچاتا ہے جسم سے صفراوی مادوں کو ختم کرتا ہے بھوک نہ لگنے کی حالت میں انار کا جوس فائدہ دیتا ہے جسم کی توانائی کو بحال کرتا ہے اور بھوک لگاتا ہے بلغمی امراض میں مفید ہے بلغم کو جلد خارج کرنے میں مدد دیتا ہے پیشاب رک رک کر اور قطرہ قطرہ آنے کی کیفیت کو ختم کرتا ہے پیشاب کی نالی میں موجود تمام رکاوٹوں کو دور کر کے پیشاب درست طریقے سے لاتا ہے جگر کو ٹھنڈک پہنچاتا ہے دل کو تقویت دیتا ہے۔

بھوک، طبیعت میں بے چینی، پیچش، قوت باہ، پائیوریا کا علاج

❁...... انار کے جوس کا شربت سونف کے عرق کے ساتھ ملا کر پینے سے بھوک بڑھ جاتی ہے معدہ کی گرمی دور ہو جاتی ہے طبیعت کی ہیجانی کیفیت سے آرام آ جاتا ہے پیٹ کے اندرونی ورم دور ہو جاتے ہیں قوت باہ میں فائدہ ہوتا ہے کمزوری باہ کی حالت جاتی رہتی ہے پیٹ کی گیس خارج ہو جاتی ہے پیٹ میں تناؤ کی حالت دور ہو جاتی ہے پیٹ نرم ہو جاتا ہے پیچش کی حالت میں بھی عرق سونف کے ساتھ انار کا شربت پینے سے آرام آ جاتا ہے انار اسہال کے مرض میں فائدہ دیتا ہے پیٹ کے درد میں شفا دیتا ہے استسقاء کی حالت

میں انار مفید ہے خون کے امراض میں مبتلا افراد کے لئے اناروں کا استعمال مفید ثابت ہوا ہے یرقان (Jaundice) کے مریض اگر اناروں کا استعمال کریں تو ان کو مرض سے جلد شفا حاصل ہوگی خون کی سرخی میں اضافہ ہوتا ہے نہار منہ کھانے سے چہرے پر تازگی اور رونق آتی ہے انار چہرے کی رنگت کو نکھارتا ہے بوجھل طبیعت کو درست رکھتا ہے انار کے جوس کو تانبے کے برتن میں ڈال کر اس حد تک ہلکی آنچ پر پکائیں کہ محلول گاڑھا ہو جائے اور مرہم سا بن جائے اس مرہم کو مسوڑھوں پر ملنے سے پائیوریا (PHYORRHEA)(دانتوں کا ایسا مرض جس میں مسوڑھوں سے بدبودار پیپ نکلتی ہے، جس کی وجہ سے منہ میں سخت بدبو پیدا ہو جاتی ہے) کا مرض دور ہو جاتا ہے مسوڑھوں میں پڑی ہوئی پیپ کی وجہ سے ہونے والا درد ختم ہو جاتا ہے دانتوں پر ملنے سے دانتوں کی صفائی ہوتی ہے یہی مرہم امراض چشم میں بھی مفید ہے آنکھوں میں ڈالنے سے بینائی تیز ہو جاتی ہے نظر کی کمزوری دور ہو جاتی ہے آنکھوں کی جلن اور خارش اس مرہم کے آنکھوں میں ڈالنے سے دور ہو جاتی ہے آنکھوں میں ٹھنڈک پیدا ہوتی ہے آنکھوں کی چمک بڑھ جاتی ہے۔

بواسیر، قبض، آنتوں کی سوزش، پیٹ کے کیڑے، دائمی بخار، ملیریا کا علاج

❁...... بواسیر کے مرض میں انار کا جوس فائدہ دیتا ہے ادرک اور لونگ باریک پیس کر انار کے جوس میں ملا کر بواسیر کے مریض کو پلانے سے مرض سے نجات مل جاتی ہے یہ جوس قبض کی حالت میں بھی مفید ثابت ہوا ہے انار کا جوس شوگر کے مریض کے لئے بھی مضر نہیں جو افراد موٹاپا کم کرنا چاہتے ہوں ان کے لئے انار کا جوس پینا انتہائی مفید ہے آنتوں کی سوزش میں بھی یہ جوس پینا فائدہ مند ہے۔

❁...... انار کے اجزاء جسم میں بہت جلد مل جاتے ہیں اور یہ جسم کے اعضاء کو طاقت دیتے ہیں انار کا اندرونی چھلکا دانوں سمیت کھانے سے پیٹ کے کیڑے مر جاتے ہیں انار

کے پتے گلاب کے عرق میں باریک پیس کر آشوب چشم کی حالت میں آنکھوں میں لیپ کرنے سے آنکھوں کو آرام آجاتا ہے دائمی بخار کے مریضوں کو انار کا جوس پلانا آرام دیتا ہے یہ جوس صفراوی کیفیت کو دور کرتا ہے زبان خشک ہو جانے کی صورت میں انار کے جوس سے آرام آجاتا ہے منہ کے اندر کی خشکی کو انار کا جوس دور کرتا ہے بار بار پیاس لگنے کی صورت میں انار کا جوس فائدہ دیتا ہے ملیریا بخار کی حالت میں بھی انار کا جوس افاقہ کرتا ہے۔

زخم، پیٹ وپھیپھڑوں کے امراض، معدہ، جگر، مثانے کی گرمی کا علاج

❁...... گلے سڑے زخموں کے لئے کھٹے اناروں کے دانے باریک پیس کر شہد میں ملائیں اوران زخموں پر مرہم کی طرح لگائیں بہت جلد زخم ٹھیک ہو کر مندمل ہو جائیں گے میٹھا انار حلق کی سوزش کو دور کرتا ہے پھیپھڑوں کے اکثر امراض میں ان کا کھانا فائدہ مند ہے انار کا جوس پیٹ کے فاسد مادوں کو خارج کرتا ہے ہر قسم کی پیٹ کی خرابی میں اناروں کا جوس فائدہ دیتا ہے چھاتی کی سوزش اور جلن اس سے دور ہو جاتی ہے بخار کی حالت میں چھلکے سمیت انار کا جوس نکال کر اس میں شہد ملائیں نہار منہ پئیں اس سے بخار کو آرام آجائے گا یہ جوس پینے سے پیٹ کی جملہ خرابیاں دور ہو جاتی ہیں اگر آنکھوں میں جلن ہو یا سرخی دوڑ رہی ہو تو اسی جوس کو شہد کے ساتھ ملا کر ہلکی آنچ پر ابال کر گاڑھا کر لیں اور ٹھنڈا ہونے پر آنکھوں میں لگائیں آنکھوں کی جلن اور سرخی رفع ہو جاتی ہے آنکھوں میں روشنی تیز ہو جاتی ہے بصارت کو تقویت ملتی ہے۔

❁...... معدہ کے زخم میں انار کا کھانا فائدہ دیتا ہے معدہ کا درد اس سے دور ہو جاتا ہے معدہ کی سوزش میں تو انتہائی مفید ثابت ہوا ہے انار قے کو روکتا ہے ان کے کھانے سے جگر کی گرمی دور ہو جاتی ہے جگر کی حدت میں اناروں کا استعمال فائدہ مند ہے انار چونکہ پیشاب آور ہے اس لئے پیشاب کی خرابیوں میں ان کا کھانا مفید ہے مثانے کی گرمی کو دور کرتے ہیں پیشاب میں پیلے پن کی کیفیت کو ختم کرتے ہیں۔

ادرک

……الحمدللہ ہم میں سے ہر کوئی ادرک کے نام سے واقف ہے۔اس کو عربی میں زنجبیل اور انگریزی میں (Ginger) کیونکہ اس کا استعمال تقریباً ہر گھر میں ہوتا ہے دنیا کے بیشتر ممالک میں ادرک کی فصل کاشت کی جاتی ہے پاکستان کے اکثر علاقوں میں ادرک کاشت کی جاتی ہے دنیا میں ادرک کا استعمال اس حد تک بڑھ چکا ہے کہ جہاں پر تازہ ادرک آسانی سے دستیاب نہیں ہو سکتی وہاں ادرک کا سفوف تیار کر کے بازاروں میں بھیجا جاتا ہے اس کا ذائقہ بالکل تازہ ادرک کی مانند ہوتا ہے اور یہ کافی عرصہ تک خراب بھی نہیں ہوتا اب تو پاکستان میں بھی ایسی فرمیں وجود میں آ گئی ہیں جو باقاعدہ طور پر ادرک سے سفوف تیار کر کے تجارتی بنیادوں پر پورے ملک میں سپلائی کرتی ہیں۔

……ادرک کو خشک کر کے سونٹھ بنائی جاتی ہے جس کا استعمال حکماء اکثر ادویات کے ساتھ کرتے ہیں ادرک سے بیشمار مصنوعات بنائی جارہی ہیں پاکستان میں بھی جنجر نام کی بوتلیں عام طور پر بازاروں میں دستیاب ہیں جو کہ سوڈا واٹر بنانے والی فیکٹریاں ادرک سے تیار کرتی ہیں مگر آج کل ملاوٹ عام ہوتی جارہی ہے اس لئے بوتلوں میں ادرک کم ہی استعمال کی جاتی ہے ادرک کا مربہ اور چٹنی بھی تیار کرنے والی فیکٹریاں وجود میں آ چکی ہیں جو کہ باقاعدہ طور پر پورے ملک میں اس کی مانگ کو پورا کرتی ہیں بنیادی طور پر ادرک ایک صحت بخش جزو کے طور پر مانا گیا ہے اور اس کا استعمال بھی مختلف صورتوں میں زمانہ قدیم سے لے کر آج تک ہو رہا ہے۔

قرآن کریم کی روشنی میں

قرآن کریم میں اللہ تعالیٰ نے ادرک کا تذکرہ کر کے اس کی اہمیت کو ظاہر کر دیا ہے قرآن کریم انسانوں کے لئے رہنما اور شفا کا مظہر ہے اس میں جس بھی کسی غذا کا تذکرہ افادیت کے ساتھ کیا گیا ہے یقیناً اس کی حیثیت ہم سب کے نزدیک مسلمہ حقیقت رکھتی ہے

جس سے کسی طور پر بھی انکار ممکن نہیں ہے ادرک کا تذکرہ کرتے ہوئے اللہ تعالیٰ جنت کی نعمتوں کے بیان میں ارشاد فرماتا ہے کہ

وَيُطَافُ عَلَيْهِمْ بِآنِيَةٍ مِّنْ فِضَّةٍ وَّ اَكْوَابٍ كَانَتْ قَوَارِيْرَا ﴿۱۵﴾ قَوَارِيْرَا مِنْ فِضَّةٍ قَدَّرُوْهَا تَقْدِيْرًا ﴿۱۶﴾ وَيُسْقَوْنَ فِيْهَا كَاْسًا كَانَ مِزَاجُهَا زَنْجَبِيْلًا ﴿۱۷﴾

ترجمۂ کنزالایمان: "اوران پر چاندی کے برتنوں اور کوزوں کا دور ہوگا جو شیشے کے مثل ہو رہے ہوں گے کیسے شیشے چاندی کے ساقیوں نے انہیں پورے اندازہ پر رکھا ہوگا اور اس میں وہ جام پلائے جائیں گے جس کی ملونی ادرک ہوگی"۔ (سورۃ الدھر، آیت ۱۵ تا ۱۷)

❁ حدیث مبارکہ کی روشنی میں

حضور اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی پیاری غذاؤں میں ادرک کا شمار بھی ہوتا ہے حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ادرک کو پسند فرمایا۔

حضرت سیدنا ابو سعید خدری رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ "ایک مرتبہ روم کے شہنشاہ نے رسول اللہ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کی بارگاہ اقدس میں ادرک کے مربہ کا ایک برتن بطور تحفہ پیش کیا آپ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے اسے قبول فرمایا اور پھر اس کا ایک ٹکڑا تمام لوگوں میں تقسیم فرمایا اور مجھے بھی ایک ٹکڑا ملا جو میں نے کھالیا"۔ (المعجم الاوسط، ج ۳ ص ۴۳، المستدرک للحاکم، ج ۴ ص ۱۵۰)

❁ ادرک کی طبی افادیت

ادرک کا استعمال تقریباً تمام دنیا میں بہت زیادہ کیا جاتا ہے اس کے طبی فوائد بے شمار ہیں ماہرین طب نے اسے انسانی جسم کے لئے بہترین غذا اور شفاء قرار دیا ہے۔

دمہ، پٹھوں اور جوڑوں کا درد، بخار ملیریا، مثانے، گردوں کا علاج

ہر قسم کی جسمانی سوزشوں کے لئے ادرک کا استعمال مفید ہے اس کو کسی بھی طرح کھانے سے جسم میں موجود گندی رطوبتیں خارج ہو جاتی ہیں دمہ کے مرض میں ادرک کے استعمال سے افاقہ ہوتا ہے جسم میں موجود ورم ادرک کے کھانے سے دور ہو جاتے ہیں پٹھے

ٹھیک ہو جاتے ہیں دردوں سے آرام آجاتا ہے۔ پٹھوں کے کھنچاؤ اور اکڑاؤ کی صورت میں ادرک کو سرسوں یا زیتون کے تیل میں اچھی تل لیں پھر اس تیل کی مالش کریں، ان شاء اللہ عزوجل بہت جلد آرام آجائے گا۔ ملیریا بخار کی حالت میں سونٹھ کا مربہ شہد میں بنایا ہوا فائدہ دیتا ہے گردوں کے امراض میں یہی مربہ مفید ثابت ہوا ہے گردے کے درد کو دور کرتا ہے مثانے کی کمزوری اس کے کھانے سے دور ہو جاتی ہے پیشاب کی رکاوٹوں کو دور کرتا ہے قطرہ قطرہ پیشاب آنے کی کیفیت دور ہو جاتی ہے پیشاب کھل کر آتا ہے۔

ہیضہ، آواز کی خرابی، گلے کی خراش، خون کی نالیوں کی رکاوٹوں کا علاج

جوڑوں کے درد میں ادرک بھون کر کھانا فائدہ دیتا ہے درد کو آرام پہنچاتا ہے گلے میں خراش یا گلا بیٹھ جانے کی صورت میں سونٹھ اور بہی ملا کر جوشاندہ تیار کریں اور اس میں شہد ملا کر پئیں گلے کی سوزش اور خراش دور ہو جائے گی گلا صاف ہو جائے گا آواز کی خرابی بھی دور ہو جائے گی یہی جوشاندہ ہیضہ کے مریضوں کو پلانے سے ان کا مرض جاتا رہتا ہے۔ سوزاک کے مرض کو کم کرنے کے لئے ادرک کا جوشاندہ مفید ہے جن بچوں یا بڑوں کو ہچکی لگی ہو ان کو بکری کے خالص دودھ کے ساتھ خالص سونٹھ کا سفوف ملا کر دینے سے آرام آجاتا ہے۔ ادرک دوران خون میں اضافہ کرتی ہے اس کے کھانے سے خون کی نالیوں میں موجود رکاوٹیں دور ہو جاتی ہیں خون کی نالیوں پر جمی ہوئی چربی کی تہیں ادرک کے استعمال سے اتر جاتی ہیں خون کا دوران ٹھیک طرح سے ہوتا ہے۔

دل کی کمزوری، بلڈ پریشر، جگر، پیٹ، دائمی قبض کا علاج

اس کا استعمال دل کو تقویت پہنچاتا ہے دل کے حرکت کرنے کی رفتار کو درست رکھتا ہے دائمی قبض کی حالت میں ادرک کا استعمال فائدہ دیتا ہے بلڈ پریشر کے مرض میں بھی ادرک کا مربہ کھانا فائدہ مند ہے سانس کی بدبو دور کرنے کے لئے ادرک کھانا مفید ہے اس کے مسلسل استعمال سے سانس کی خرابی کی وجہ سے آنے والی بدبو دور ہو جاتی ہے تازہ ادرک چبانے سے منہ کی بدبو دور ہو جاتی ہے ادرک کھانے سے لبلبہ (پیلے رنگ کا بڑا غدود جو معدے کے پیچھے

ہوتا ہے اور دو قسم کے عرق تیار کرتا ہے۔ ایک عرق غذا کے ہضم میں مدد دیتا ہے اور دوسرا جسم میں شکر جذب ہونے میں مدد دیتا ہے) کی رطوبتوں میں اضافہ ہوتا ہے جس سے شوگر کے مریضوں کو فائدہ پہنچتا ہے جگر اور پیٹ کے پرانے سدے ادرک کے استعمال سے نکل جاتے ہیں سونٹھ کا سفوف خالص شہد کے ساتھ ملا کر کھانے سے پیٹ کے درد میں آرام حاصل ہوتا ہے پیٹ سے گندی ہوا کو خارج کرتا ہے آنتوں کی صفائی کرتی ہے اس کو کھانے سے آنتوں میں موجود فاسد مادے خارج ہو جاتے ہیں پیٹ نرم ہو جاتا ہے اور قبض دور ہو جاتی ہے۔

دماغ کی کمزوری، معدہ کی گرمی، دائمی گرمی، ریح، بادی گیس، بلغم کا علاج

ادرک دماغی کام کرنے والے افراد کے لئے بے حد مفید ہے کمزور یادداشت کو بہتر بناتا ہے حافظہ کی ہر قسم کی خرابی کو دور کرتا ہے معدہ کو تقویت پہنچاتا ہے معدہ کی گرمی کو دور کر کے بھوک بڑھاتا ہے جن افراد کو بھوک نہیں لگتی ان کے لئے ادرک کا استعمال فائدہ مند ہے یہ دماغ کو بھی طاقت دیتا ہے غذا کو جلد ہضم کرنے میں مدد دیتا ہے ریاح کو خارج کرتا ہے ادرک کا مربہ سینے کے امراض کے لئے اکسیر کی حیثیت رکھتا ہے یہ سینے میں جمی ہوئی بلغم کو نکال دیتا ہے دائمی کھانسی میں آرام پہنچاتا ہے اس کے استعمال سے پیٹ کی آلائشیں دور ہو جاتی ہیں پیٹ کی صفائی ہو جاتی ہے بلغمی امراض میں ادرک کا مربہ کھانا انتہائی مفید ہے۔

ہچکی، نظام ہضم کی خرابی، مرض کپکپی، نزلہ زکام، قوت باہ کا علاج

چھوٹے اور شیر خوار بچوں کو ہچکی لگی ہو تو ان کو سونٹھ کا سفوف خالص شہد میں ملا کر چٹانے سے فائدہ ہوتا ہے چونکہ ادرک کے استعمال سے ریح اور بادی دور ہو جاتی ہے بادی کی وجہ سے سر میں درد ہونے کی کیفیت میں سونٹھ باریک پیس کر شہد میں ملا کر کھانے سے افاقہ ہوتا ہے دردِ شقیقہ (یعنی آدھے سر کا درد) کی حالت میں سونٹھ کو باریک پیس کر بکری کے خالص دودھ میں ملا کر مرہم سا بنائیں پھر اس کا لیپ سر کے اطراف میں کریں اس سے مرض جلد دور ہو جاتا ہے کمزوری باہ کی صورت میں خالص سونٹھ کا سفوف بکری کے خالص دودھ میں ملا

کرنیم گرم پینے سے کمزوری دور ہو جاتی ہے قوت باہ میں اضافہ ہوتا ہے ضعف جاتا رہتا ہے جن افراد کو کھانا ہضم نہ ہوتا ہو بار بار کھٹے ڈکار آتے ہوں اور سینے پر بوجھ سا محسوس ہوتا ہو تو ایسی صورت میں بکری کے خالص دودھ میں سونٹھ کا سفوف ملا کر پینے سے نظام ہضم کی خرابی دور ہو جاتی ہے کھانا جلد ہضم ہو جاتا ہے جن افراد کو سردی لگتی ہو اور سردی کی وجہ سے بار بار کپکپی طاری ہو جاتی ہو ان کے لئے بھی سونٹھ کا سفوف بکری کے نیم گرم دودھ میں ملا کر پینا فائدہ دیتا ہے جسم میں حرارت پیدا کرتا ہے نزلے اور زکام کی حالت کو دور کرتا ہے۔

مچھلی کھانے کے بعد چونکہ پیاس بہت زیادہ لگتی ہے اگر مچھلی کھانے کے بعد سونٹھ کا سفوف یا ادرک کھا لیا جائے تو پیاس نہیں لگتی اس مقصد کے لئے مچھلی کھانے کے بعد ادرک کا مربہ کھانا زیادہ فائدہ مند ہے قوت باہ کے لئے سونٹھ بادام اور پستہ کی گریاں باریک پیس کر خالص شہد میں ملا کر کھانے سے فائدہ ہوتا ہے قوت باہ میں اضافہ ہوتا ہے باہ کو تقویت ملتی ہے پیشاب کی نالی میں جلن ہونے کی صورت میں ادرک کا استعمال فائدہ دیتا ہے ادرک انتڑیوں کی سوزش کے مرض میں مفید ہے کالی کھانسی کے مرض میں ادرک کا مربہ فائدہ دیتا ہے سانس لینے میں تکلیف ہو تو سونٹھ کا سفوف بکری کے نیم گرم دودھ میں ملا کر پینا فائدہ دیتا ہے جسم میں حرارت پیدا کرتا ہے نزلے اور زکام کی حالت کو دور کرتا ہے۔

قُولنج (بڑی انتڑی کا درد) میں ادرک کا استعمال افاقہ کرتا ہے بواسیر کے مریضوں کے لئے بھی ادرک کا مربہ فائدہ مند ہے جگر کی خرابی میں تازہ ادرک کا پانی انتہائی فائدہ مند ہے استسقاء کے مرض میں ادرک کا پانی بکری کے خالص دودھ میں ملا کر دینے سے شفا حاصل ہوتی ہے شوگر کے مرض میں بھی ادرک کا استعمال مفید ثابت ہوا ہے اس مرض میں تازہ ادرک کا پانی شہد خالص کے ساتھ ملا کر چاٹنے سے افاقہ ہوتا ہے تازہ ادرک کو چبانے سے منہ کی اندرونی بیماریاں دور ہو جاتی ہیں زبان خشک ہونے کی صورت میں ادرک چبانا مفید ہے یہ زبان سے میل اتارتا ہے منہ کی اندرونی خشکی کو دور کرتا ہے ادرک چھل کر نمک لگا کر کھانے سے حلق کی سوزش دور ہو جاتی ہے گلا صاف ہو جاتا ہے آواز نکھر جاتی ہے تبخیر

معدہ کی صورت میں بھی ادرک کا استعمال فائدہ دیتا ہے۔

بہی (سفرجل)

حضورِ سرکارِ مدینہ (ﷺ) نے بہی کو بھی شرف پسندیدگی عطا فرمایا ہے۔ اس کو عربی میں سَفَرجَل اور انگریزی میں (Quince) کہتے ہیں۔ اور اس پھل کی تعریف فرمائی ہے یہ دنیا کے بہت سے ممالک میں کاشت کیا جاتا ہے اس کی زیادہ تر پیداوار لبنان اسپین اور عرب کے بہت سے علاقوں میں ہوتی ہے اس کے بہت سے باغات وہاں پائے جاتے ہیں یہ نہایت ہی لذیذ پھل ہوتا ہے دوسرے ممالک کے علاوہ یہ پاکستان کے بھی اکثر پہاڑی علاقوں سوات، آزاد کشمیر اور مری میں پایا جاتا ہے بہی کے پھل کے درخت کی اونچائی تقریباً ساڑھے چار گز کے قریب ہوتی ہے اور پھل کی صورت سیب کے مشابہ ہوتی ہے۔

احادیثِ مبارکہ کی روشنی میں

ہمارے پیارے نبی (ﷺ) کی پیاری غذاؤں میں بہی کا ذکر بھی احادیث میں بڑی غذائیت اور طبی افادیت کے ساتھ آیا ہے حضور اکرم (ﷺ) نے جس بھی غذا کو طعام کے طور پر استعمال کیا وہ انسانی جسم کے لئے بے شمار طبی فوائد کی حامل رہی بہی کے فوائد کا ذکر حضور (ﷺ) سے لے کر قدیم اور جدید طب کے ماہرین آج تک کرتے آرہے ہیں تحقیق کے بعد آج کے ماہرین ان چیزوں کے خواص اب معلوم کر رہے ہیں جن کا ذکر پیارے نبی (ﷺ) نے چودہ سو سال قبل کر دیا ہے بہی کو عربی میں سفرجل کے نام سے پکارا جاتا ہے۔

سفرجل کھاؤ: سیدنا رسول کریم (ﷺ) نے ارشاد فرمایا کہ:

''سفرجل کھاؤ کیونکہ اس سے دل کا دورہ دور ہو جاتا ہے اور اللہ تعالیٰ نے کوئی ایسا نبی نہیں مبعوث فرمایا جس کو جنت کا سفرجل نہ کھلایا ہو کیونکہ یہ فرد کی طاقت کو چالیس افراد کے برابر کر دیتا ہے''۔

✿ قلبی قوت اور خوشبودار سانس

حضرت سیدنا طلحہ بن عبیداللہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے فرماتے ہیں کہ:

''میں نبی کریم (ﷺ) کی بارگاہ اقدس میں حاضر ہوا تو آپ اس وقت صحابہ کرام رضی اللہ عنہم کی جماعت کے ساتھ تشریف فرما تھے آپ علیہ الصلوٰۃ والسلام کے ہاتھ میں سفر جل تھا جس سے آپ کھیل رہے تھے جب میں بیٹھ گیا تو آپ نے میری جانب کر کے فرمایا اے اباذر! یہ دل کو قوت دیتا ہے سانس کو خوشبودار بناتا ہے اور سینہ سے بوجھ کو ہٹاتا ہے''۔

(نسائی شریف)

✿ حاملہ عورتوں کے لئے مفید

حضورِ انور (ﷺ) نے بہی کا استعمال حاملہ عورتوں کے لئے بڑا مفید قرار دیا ہے روایت میں ہے کہ نبی کریم (ﷺ) نے فرمایا کہ:

''اپنی حاملہ عورتوں کو سفر جل کھلایا کرو اسلئے کہ یہ دل کے امراض کو درست رکھتا ہے اور بچے کو خوبصورت بناتا ہے''۔(ذہبی)

✿ سینے سے بوجھ کا ہٹنا

حضرت سیدنا جابر بن عبداللہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ سیدنا رسول کریم (ﷺ) نے فرمایا کہ:

''بہی کھاؤ کیونکہ یہ دل کے دورہ کو ٹھیک کرتا ہے اور سینہ سے بوجھ اتارتا ہے''۔

(ابونعیم، ابن السنی)

✿ دل کی مضبوطی

حضرت سیدنا عوف بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ حضور اکرم (ﷺ) نے فرمایا کہ:

''بہی کھاؤ کہ یہ دل کے دورے کو ٹھیک کرتا ہے اور دل کو مضبوط کرتا ہے''۔

(مسند فردوس)

✿ بہی کی طبی افادیت

حضور اکرم (ﷺ) نے سفرجل کو اکثر اوقات نہار منہ کھانے کی تاکید فرمائی ہے آپ (ﷺ) نے سفرجل کے طبی خواص کے بارے میں جو ارشاد فرمائے ہیں اس کے استعمال سے بے شمار بیماریوں سے نجات حاصل ہوتی ہے بہی کے طبی خواص میں حضور (ﷺ) نے اس پھل کو سب سے زیادہ دل کی بیماریوں کیلئے شفا بخش پھل قرار دیا ہے۔

اسہال، قبض، دماغی مرض، پیٹ، آنتوں کا السر کا علاج

اسہال کے مرض میں بہی کا استعمال فائدہ مند ہوتا ہے دل کے مریض اپنی صحت کو درست رکھنے اور دل کے دوروں سے بچنے کے لئے بہی کا استعمال کریں تو ان کیلئے انتہائی مفید پھل ہے بہی چونکہ قبض کر دینے والا پھل ہے اس لئے اس کے زیادہ استعمال سے پرہیز کرنا چاہیے صرف مناسب مقدار میں اس کو کھانا یا شربت بنا کر پینے سے بے شمار بیماریوں سے چھٹکارا حاصل ہو جاتا ہے بعض حاملہ عورتوں کو مٹی کھانے کی عادت پڑ جاتی ہے ایسی خواتین بہی کا استعمال کریں تو ان کو اس عادت سے نجات مل جائے گی۔

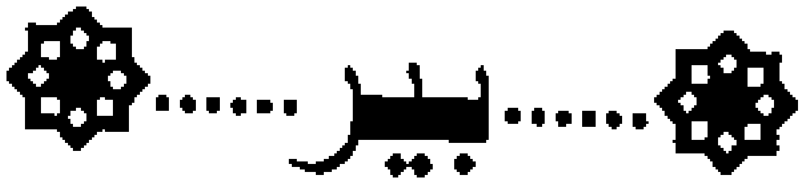
بہی کے درخت کی جڑوں کو پانی میں خوب اچھی طرح ابال کر جوشاندہ کی شکل میں پینے سے دماغ کے اکثر امراض دور ہو جاتے ہیں بہی کا شربت پیٹ کے مرض میں زیادہ فائدہ دیتا ہے آنتوں کی سوزش اس سے ختم ہو جاتی ہے بہی کے گودے کو خشک کر کے باریک پیس لیں اور شہد کے ساتھ کھانے سے دل کی جھلیوں میں موجود سوزش ختم ہو جاتی ہے بہی کا مربہ بنا کر کھانے سے دائمی کھانسی کو آرام آجاتا ہے آنتوں کا السر دور ہو جاتا ہے دمے کے مرض میں بھی اس کا کھانا فائدہ دیتا ہے۔

پاگل پن، ملیریا، بخار، ہیضہ، مردانہ کمزوری، دل کی شریانوں کی رکاوٹوں کا علاج

بہی کے درخت کی چھال کا جوشاندہ دماغی کمزوری اور مالیخولیا (ایک قسم کا جنون)،

پاگل پن) کے مرض میں انتہائی مفید ہے اس کو پینے سے ملیریا بخار میں مبتلا مریضوں کو جلد آرام آجاتا ہے ان دنوں میں جبکہ ہیضہ کی بیماری پھیلی ہو بہی کو کھانے سے ہیضہ سے محفوظ ہو جانے کی نشانی ہے ہیضے کے مرض میں مبتلا مریضوں کے لئے اس کا کھانا فائدہ دیتا ہے اس کے کھانے سے خون کا جریان دور ہو جاتا ہے بہی مردانہ کمزوری کے لئے بھی فائدہ مند ہے قوت باہ کو بڑھاتی ہے بہی کو کھانے سے سانس کی گھٹن دور ہو جاتی ہے بہی کھانے سے دل کی شریانوں میں ہر قسم کی رکاوٹ دور ہو جاتی ہے دل کی دھڑکن اعتدال پر آجاتی ہے بہی کا جوشاندہ ہاضم ہوتا ہے معدے کے امراض کو درست رکھتا ہے متلی کی کیفیت دور ہو جاتی ہے قے آنی رک جاتی ہے چونکہ بہی میں قولنج (بڑی انتڑی کا درد) پیدا کرنے کی مضر رساں صلاحیت ہوتی ہے اس لئے اس کو شہد کے ساتھ ملا کر کھایا جائے تو زیادہ فائدہ دیتا ہے اور قولنج کا مرض پیدا ہونے کا ذرا سا بھی اندیشہ نہیں رہتا اگر بہی کو کھانے سے قبل کھایا جائے تو یہ زیادہ فائدہ دیتا ہے پیٹ کے جملہ امراض میں اس کا استعمال مفید ہے پیٹ کے السر میں مبتلا افراد بہی کا استعمال کریں تو ان کو افاقہ ہوگا اس کو کھانے سے دل کا دورہ ٹھیک ہو جاتا ہے اور سینے پر سے بوجھ اتر جاتا ہے اس کے کھانے سے دل کی اکثر بیماریاں ٹھیک ہو جاتی ہیں دل کو قوت بہم پہنچاتا ہے بہی کو بھون کر کھانے سے پرانی پیچش کو آرام آجاتا ہے بہی کا شربت بنا کر پینے سے تشنگی کی کیفیت جاتی رہتی ہے پیاس کی شدت کم ہو جاتی ہے دل کو سکون اور آرام پہنچاتا ہے۔

بہی کے استعمال سے حلق کی سوزش دور ہو جاتی ہے اس کے استعمال سے پیشاب کے جملہ امراض سے نجات ملتی ہے مثانے کی نالیوں میں موجود جلن کو دور کر دیتا ہے بہی کا مرہم زخموں پر لیپ کرنے سے متاثرہ حصوں کو فائدہ ہوتا ہے شیر خوار بچوں کو شدید دست آنے کی شکایت میں تھوڑا سا بہی استعمال مفید ثابت ہوتا ہے۔



بیر دنیا کے اکثر ممالک میں ہوتے ہیں بیر کے درخت جنگلوں میں بھی اگے ہوتے ہیں حضور اکرم (ﷺ) نے اپنی پیاری غذاؤں میں بیر کا تذکرہ بھی فرمایا ہے بیر کا ذکر اللہ تعالیٰ نے قرآن کریم میں بھی کیا ہے اور متعدد بار اس کا ذکر آیا ہے حضور (ﷺ) نے بیر کے پھل کو پسند فرمایا اور بیری کے پتوں کی افادیت کا تذکرہ بھی فرمایا ہے۔

قرآن کریم کی روشنی میں

اللہ تعالیٰ نے بیر کے درخت کا تذکرہ قرآن کریم میں اس طرح سے کیا ہے ارشاد فرماتا ہے کہ:

وَاَصْحٰبُ الْیَمِیْنِ ۙ مَاۤ اَصْحٰبُ الْیَمِیْنِ ﴿۲۷﴾ فِیْ سِدْرٍ مَّخْضُوْدٍ ﴿۲۸﴾

ترجمہ کنزالایمان: "اور دہنی طرف والے کیسے دہنی طرف والے بے کانٹے کی بیریوں میں"۔ (سورۂ واقعہ، آیت ۲۸)

اسی طرح "سورۂ سبا" میں وہاں کے لوگوں کو ان کی ناشکری کے سبب وعید سناتے ہوئے ارشاد باری تعالیٰ ہوتا ہے کہ:

وَبَدَّلْنٰهُمْ بِجَنَّتَیْهِمْ جَنَّتَیْنِ ذَوَاتَیْ اُكُلٍ خَمْطٍ وَّاَثْلٍ وَّشَیْءٍ مِّنْ سِدْرٍ قَلِیْلٍ ﴿۱۶﴾

ترجمہ: اور ان کے باغوں کے عوض دو باغ انہیں بدل دیئے جن میں بکٹا میوہ اور جھاؤ اور کچھ تھوڑی سی بیریاں۔ (سورۂ سبا، آیت ۱۶)

احادیث مبارکہ کی روشنی میں

حضور اکرم (ﷺ) نے بیر کے پھل کے خواص بیان فرمائے ہیں احادیث میں ان کا تذکرہ ملتا ہے چنانچہ ایک حدیث میں ہے کہ:

"بیری کے پھل کا کسی اور سے کیا موازنہ کہ اس کے تین اہم خواص ہیں اس کا سایہ ٹھنڈا اور گھنا اس کا پھل کھانے میں لذیذ اور اس سے اچھی خوشبو آتی ہے"۔ (بخاری شریف)

❁ بیری کے درخت کی خصوصیات

کتب میں بیر کے درخت کے بارے میں حضور اکرم (ﷺ) کے ارشادات کا تذکرہ پایا جاتا ہے اسی طرح ایک روایت میں ذکر ہوتا ہے کہ ایک دفعہ ایک دیہاتی آپ (ﷺ) کی بارگاہ اقدس میں حاضر ہوا اور بیر کے درخت کی جنت میں موجودگی کے بارے میں وضاحت چاہی اور عرض کیا کہ:

"یارسول اللہ (ﷺ) اللہ تعالیٰ نے اپنے فرمان میں جنت میں ایک ایسے درخت کا تذکرہ کیا ہے جو لوگوں کو تکلیف پہنچاتا ہے آپ (ﷺ) نے پوچھا کہ وہ کیسا درخت ہے؟ عرض کیا: وہ بیری ہے اس لئے کہ اس کے کانٹے تکلیف دہ ہوتے ہیں اس پر حضور (ﷺ) نے فرمایا کہ کیا تم کو نہیں معلوم کہ قرآن کریم نے ایسی بیریاں بیان فرمائی ہیں کہ اللہ تعالیٰ نے ان کے کانٹے ختم کر کے ان کی جگہ پھل لگائے ہیں اور وہ ایسے پھل ہیں جن کے ذائقے بہتر اور رنگتیں ہیں اور ہر رنگ اور مزہ دوسرے سے الگ ہے"۔ (ابن النجار)

❁ بیری کے پتے

بیری کے پتوں کا ذکر کرتے ہوئے حضرت سیدنا امام مالک رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ حضرت ام عطیہ انصاریہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کے حوالے سے ایک واقعہ نقل فرماتے ہیں جس میں آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہا ارشاد فرماتی ہیں کہ:

"رسول اللہ (ﷺ) ہمارے پاس تشریف لائے جبکہ اس وقت آپ (ﷺ) کی صاحبزادی انتقال کر گئی تھیں آپ (ﷺ) نے فرمایا کہ انہیں غسل دو، تین بار یا پانچ مرتبہ یا اس سے بھی زیادہ یہ غسل پانی اور بیری کے پتوں سے دیا جائے اور پھر آخر میں کافور یا اس سے (کافور سے) بنی ہوئی شے شامل کرو، پھر فرمایا کہ جب تم غسل سے فارغ ہو تو مجھے اطلاع کرو جب ہم غسل سے فراغت پا چکے تو آپ (ﷺ) کو مطلع کیا آپ (ﷺ) نے اپنا تہبند عطا فرما کر ارشاد فرمایا کہ یہ اس کے جسم پر لپیٹ دو"۔ (مؤطا امام مالک)

حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کے فرمان کی روشنی میں معلوم ہوتا ہے کہ بیر اور بیری کے پتوں میں بے شمار خواص پوشیدہ ہیں انسان کی زندگی میں بیر کا استعمال طبی طریق سے فائدہ مند ہے چونکہ بیری کے پتوں میں اللہ تعالیٰ نے صفائی کرنے والے بہت سے اجزاء شامل کر رکھے ہیں اس لئے مسلمان کو غسل دیتے ہوئے اس کی جسمانی صفائی اچھی طرح کرنے کی غرض سے پانی میں بیری کے پتوں کو شامل کرتے ہیں اکثر علاقوں کی خواتین سر سے میل کچیل دور کرنے کے لئے اپنے بالوں کو ریٹھے اور بیری کے پتوں کو پانی میں ابال کر دھوتی ہیں اس سے ان کے بالوں کی میل کچیل آسانی سے نکل جاتی ہے اس کے علاوہ ماہرین طب نے بیر اور بیری کے پتوں کے بے شمار خواص بیان کئے ہیں جو انسان کو جسم کے اکثر اندرونی اور بیرونی بیماریوں سے نجات دیتے ہیں یا مرض کی شدت کم کرتے ہیں سب سے بڑھ کر یہ کہ ہمارے پیارے نبی (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے بیر کی اہمیت کو اجاگر کر دیا ہے۔

❁ بیر کا پھل

ایک حدیث مبارک میں آتا ہے کہ حضرت سیدنا آدم علیہ السلام جب زمین پر تشریف لائے تو انہوں نے یہاں کے پھلوں میں سب سے پہلے جو پھل تناول فرمایا وہ بیر تھا۔ (ابو نعیم)

❁ بیر کی طبی افادیت

اطباء قدیم اور جدید اس بات پر متفق ہیں کہ دنیا میں سب سے زیادہ غذائی اور طبی افادیت ان بیروں سے حاصل ہوتی ہے جو پہاڑی علاقوں میں پائے جاتے ہیں زمین سے جتنی اونچائی پر بیر کا درخت ہوگا اس کا فائدہ اتنا ہی زیادہ ہوگا بیر کا رس پینے سے دل کو تسکین حاصل ہوتی ہے بے چینی اور گھبراہٹ کی کیفیت دور ہو جاتی ہے جو بچے یا بڑے نیند کی حالت میں سوئے ہوئے ڈر جائیں ان کے لئے بیر کا رس شکر ملا کر پینا فائدہ مند ثابت ہوتا ہے اس سے بے خوابی کی کیفیت دور ہو جاتی ہے۔

آنتوں کی سوزش، جلدی امراض، معدے کی خرابی، پیچش، دائمی قبض، بلغمی امراض، جن افراد کو آنتوں میں سوزش اور جلن ہو ان کے لئے بیر کھانا فائدہ مند ہے بیر کا استعمال

اسہال کو سرے سے ختم کر دیتا ہے پیٹ کی آنتوں کو درست رکھتا ہے بیر خون کی خرابی میں بھی فائدہ دیتے ہیں یہ مصفی خون ہیں خون کی خرابی کی وجہ سے کئی جلدی امراض مثلاً خارش وغیرہ پیدا ہو جاتے ہیں ایسی صورت میں بیر کھانے سے افاقہ حاصل ہوتا ہے معدے کی خرابی بھی بیر کھانے سے درست ہو جاتی ہے اگر کسی وجہ سے معدہ کی سوزش اتنی بڑھ جائے کہ اس سے خون رسنے لگے یا آنتوں سے خون رس رہا ہو تو اس حالت میں بیر کھانے سے آرام آ جاتا ہے اور مرض رفع ہو جاتا ہے بیر کھانے سے منہ کی جلن بھی دور ہو جاتی ہے جن افراد کا منہ اور زبان ہر وقت خشک رہتے ہوں ان کے لئے بیر کھانا فائدہ مند ہے۔

شدید دستوں اور پیچش کی حالت میں بیری کے پتوں کا جوشاندہ فائدہ دیتا ہے جگر کے امراض میں بیر کا استعمال مفید ثابت ہوا ہے گردوں کی خرابی میں بیر فائدہ دیتے ہیں بیر کھانے سے جسمانی کمزوری بھی دور ہو جاتی ہے زیادہ میٹھے بیر دائمی قبض کو دور کرتے ہیں بلغم کا آسانی سے اخراج کرتے ہیں بیر معدہ کے لئے تقویت کا باعث ہوتے ہیں نظام ہضم کی خرابی بیروں کے استعمال سے درست ہو جاتی ہے سوزش والے ورم میں بیری کی جڑوں کا جوشاندہ شہد میں گھول کر پینے سے افاقہ ہوتا ہے بیروں میں سیب جتنی غذائیت ہوتی ہے اس لئے جو لوگ مہنگے ہونے کی وجہ سے سیب نہیں خرید سکتے وہ بیروں سے وہی مطلوبہ نتائج حاصل کر سکتے ہیں جو کہ ایک سیب میں پائے جاتے ہیں بیروں کا جوشاندہ پینے سے بڑھی ہوئی تلی کے مرض میں فائدہ ہوتا ہے جن مریضوں کے پیٹ میں پانی پڑا ہوا ہو ان کے لئے بیروں کا جوشاندہ پینا فائدہ دیتا ہے معدہ کی کمزوری میں بیر کھانا معدہ کو تقویت دیتا ہے ہر قسم کے پیچش میں بیروں کا استعمال مفید ہے صفراوی طبیعت والوں کے لئے بیروں کا کھانا مفید ثابت ہوا ہے اس سے ان کی طبیعت ہشاش بشاش ہو جاتی ہے۔

نیند سکون سے آتی ہے اور نیند میں چونک کر اٹھ جانے کی حالت ختم ہو جاتی ہے بیر کے درختوں کی جڑوں کا جوس پینے سے قبض دور ہو جاتی ہے معدہ کے السر میں بیر کھانا فائدہ دیتا ہے معدہ کی تیزابیت بیر کھانے سے دور ہو جاتی ہے جوڑوں کے درد میں بیروں کا جوس تل کے تیل

میں ملا کر جوڑوں پر مالش کرنے سے فائدہ ہوتا ہے اس کے ساتھ بیری کی جڑوں کا جوس پینے کے لئے دیا جاتا ہے اس سے جلد افاقہ ہوتا ہے آنتوں کے السر میں بھی بیر کھانا مفید ہے۔

جلے ہوئے زخم پر بیری کی کونپلیں باریک پیس کر دہی میں ملا کر لگانے سے زخم مندمل ہوجاتا ہے بیروں کا زیادہ استعمال نہیں کرنا چاہیے کیونکہ اس کا زیادہ استعمال دست آور ہوتا ہے موسم گرما میں شیر خوار بچے کو زیادہ پیاس لگتی ہو اس کو چند گھنٹے خشک بیر پانی میں بھگو کر یہ پانی پلائیں افاقہ ہوگا شیریں بیروں کا رس پینے سے آنتوں میں جمع صفراوی مادہ خارج ہوجاتا ہے جس سے آنتوں کو تقویت ملتی ہے اس سے پیٹ کے سدے بھی نکل جاتے ہیں۔

پرانے وقتوں کے لوگ گنج پر بال اگانے کے لئے نیم اور بیری کے پتے پیس کر گنج پر لیپ کرتے تھے جن افراد کے منہ کے اندر چھالے پڑے ہوں زبان سے رال بہتی ہو ان کے لئے بیری اور کیکر کی چھال کے جوشاندہ سے کلیاں کرنا انتہائی فائدہ مند ہوتا ہے پیٹ کے اکثر امراض میں بیر کا استعمال فائدہ دیتا ہے اس سے پیٹ کے کیڑے مر جاتے ہیں خشک بیر باریک پیس کر ٹھنڈے پانی میں گھول کر پینے سے معدہ کی رطوبت خشک ہوجاتی ہے تھکاوٹ کی حالت میں تھوڑے سے بیر کھالینا فائدہ دیتا ہے اس سے تھکاوٹ اتر جاتی ہے بخار کی حالت میں بیر اور بیری کی جڑیں پیس کر پانی میں ابال کر جوشاندہ بنائیں اس جوشاندہ کے پینے سے بخار میں آرام آجاتا ہے متلی کی کیفیت میں بیر کی گٹھلی اور لونگ کو پیس کر چینی کے ساتھ ملا کر دینے سے فائدہ ہوتا ہے۔

جس طرح بیر فائدہ دیتے ہیں اسی طرح بیری کے پتے اس کی جڑیں اور بیر کی گٹھلی بھی فائدہ دیتی ہے اگر کسی کو بچھو کاٹ لے تو فوری طور پر بیری کے پتے اور گولر (ایک پھل جو انجیر سے مشابہ ہوتا ہے) کے پتے باریک پیس کر مرہم سا بنا کر متاثرہ حصے پر لیپ کرنے سے افاقہ ہوتا ہے بیری کی جڑوں کو پانی میں ابال کر اس پانی میں شہد ملا کر نیم گرم پینے سے جسم کو قوت حاصل ہوتی ہے کمزوری رفع ہوجاتی ہے اور جسم میں چستی آجاتی ہے اگر جسم کی ہڈی کسی وجہ سے ٹوٹ جائے اور شدید درد کی حالت ہو تو بیری کی گٹھلی باریک پیس کر متاثرہ

مقام پر لگادیں اس سے درد کی شدت میں کمی آجاتی ہے جسم کے اوپر پسی ہوئی گٹھلی لگانے سے اندرونی طور پر بھی اثر ہوتا ہے جس سے ٹوٹی ہوئی ہڈی جلد ٹھیک ہوجاتی ہے۔

جن افراد کو بھوک کم لگتی ہو اور اگر وہ کھانے سے کچھ دیر پہلے چند دانے بیر کھالیں تو ان کی بھوک بڑھ جائے گی اور ان کا دل کھانے کو چاہے گا بیر جتنا زیادہ پکا ہوا اور میٹھا ہوا اتنا ہی فائدہ مند ہوتا ہے اس کے کھانے سے طبیعت میں فرحت پیدا ہوتی ہے بیر قابض نہیں ہوتے مگر اسہال کو روکتے ہیں بیر دیر سے ہضم ہوتے ہیں مگر دیر ہضم غذاؤں کو جلد ہضم کرنے میں مدد دیتے ہیں جن افراد کو بار بار پیاس لگتی ہو ان کے لئے بیروں کا استعمال فائدہ مند ہے اس سے ان کی پیاس بجھ جاتی ہے۔

حلق کی سوزش میں بیر کھانے سے فائدہ ہوتا ہے زکام کی وجہ سے جن افراد کا ناک بند ہوجائے ان کیلئے بیر کھانا بہت مفید ہے اس سے بند ناک کھل جاتی ہے اور زکام سے آرام آجاتا ہے کھانسی کے مرض میں بھی بیر کا استعمال فائدہ دیتا ہے جن زخموں کا منہ پک رہا ہو ان سے گندہ مواد نکالنے کیلئے بیری کے پتے باریک پیس کر زخم پر باندھنے سے زخم جلد پک جاتا ہے زخموں کو جلدی مندمل کرنے کیلئے بیری کے پتے باریک پیس کر زیتون کے تیل میں ملا کر مرہم بنائیں اور متاثرہ حصے پر لگائیں اس مرہم کے لگانے سے زخموں کی سوزش اور درد بھی دور ہوجاتا ہے۔

❁ ...... تربوز ...... ❁

پاکستان میں رہنے والے تربوز سے باخوبی واقف ہیں کہ یہ موسم گرما کا پھل ہے اس کا ذائقہ میٹھا ہوتا ہے چھلکے کی رنگت سبز اور گودا سرخ رنگ کا ہوتا ہے پاکستان میں تربوز کی فروخت موسم گرما میں عام ہوتی ہے۔

❁ احادیث مبارکہ کی روشنی میں

سیدنا رسول کریم (ﷺ) کی پیاری و پسندیدہ غذاؤں میں تربوز کا شمار بھی ہوتا ہے حضور (ﷺ) نے تربوز تناول فرمایا اور اس کے خواص کے متعلق بھی ارشاد فرمایا ہے تربوز

کے حوالے سے بہت سی احادیث مبارکہ ہیں۔

کھانا اور مشروب

حضرت سیدنا عبداللہ بن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہما سے روایت ہے کہ فرماتے ہیں کہ:

"تربوز ایک کھانا بھی ہے اور مشروب بھی ریحان کے ساتھ یہ مثانہ دھو کر صاف کر دیتا ہے پیٹ کی صفائی کرتا ہے کمر سے پانی نکال دیتا ہے قوت باہ میں اضافہ کرتا ہے چہرے کو نکھارتا ہے اور بدن سے ٹھنڈک کو ختم کرتا ہے۔ (ذہبی، مسند فردوس)

کھجوروں کے ساتھ تربوز

حضرت سیدنا سہل بن سعد الساعدی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ وہ فرماتے ہیں کہ:

"نبی کریم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) تازہ پکی ہوئی کھجوروں کے ساتھ تربوز کھایا کرتے تھے"۔

(ابن ماجہ، ترمذی شریف)

تربوز کی ٹھنڈک، کھجور کی گرمی

ایک حدیث مبارک میں آتا ہے کہ سیدنا رسول کریم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) تربوز کو تر کھجور کے ساتھ تناول فرماتے تھے اور ارشاد فرماتے تھے کہ:

"ہم اس کھجور کی گرمی کو تربوز کی ٹھنڈک کے ذریعے اور تربوز کی ٹھنڈک کو کھجور کی گرمی کے ذریعے ختم کرتے ہیں"۔ (ابوداؤد، ترمذی شریف)

تربوز اور کھجور

حضرت سیدنا انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ فرماتے ہیں کہ میں نے حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کو تربوز اور کھجور ایک ساتھ تناول فرماتے ہوئے دیکھا۔ (ترمذی شریف)

پیٹ کی صفائی

ایک حدیث میں آتا ہے کہ حضور اکرم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے فرمایا کہ:

”کھانے سے پہلے تربوز کا استعمال پیٹ کو دھو کر صاف کر دیتا ہے اور وہاں کی بیماریوں کو بھی دور کر دیتا ہے“۔ (ابن عساکر)

✪ تربوز کی طبی افادیت

تربوز کا شمار حضور (ﷺ) کے پسندیدہ پھلوں میں ہوتا ہے آپ (ﷺ) اس پھل کو شوق سے کھایا کرتے تھے اس کے بے شمار طبی اور غذائی فوائد ہیں جن کا ذکر اللہ کے رسول (ﷺ) نے اور دیگر اطباء کرام نے بیان فرمایا جس سے معلوم ہوتا ہے کہ بظاہر ایک عام سا پھل کتنے فوائد کا حامل ہے جو جسم انسانی پر بڑے ہی صحت مندانہ اثرات ڈالتا ہے حضور (ﷺ) اکثر تربوز کو کھجور کے ساتھ تناول فرمایا کرتے تھے اور اس میں یہ حکمت بیان فرمایا کرتے تھے کہ اس کی گرمی کو اس کی ٹھنڈک مار دیتی ہے اور اس کی ٹھنڈک کو اس کی گرمی مار دیتی ہے حضور (ﷺ) کے اس فرمان سے ہمیں یہ بھی معلوم ہوتا ہے کہ آپ (ﷺ) ہر غذا کی طبی خاصیت ہر انداز سے جانتے تھے اور جس بھی غذا کے طبی فوائد کا بیان آپ نے فرمایا آج کے ماہرین طب حیران ہوتے ہیں کہ حضور (ﷺ) نے آج سے چودہ سو سال پہلے یہ خواص بیان فرمادئے ہیں جبکہ آج تحقیق کے بعد ان حقیقتوں کا اعتراف ہو رہا ہے۔

تربوز ایک خوش ذائقہ پھل ہے جب یہ پک جائے تو گودا سرخ ہو جاتا ہے پکا ہوا تربوز انتہائی میٹھا اور شیریں ہوتا ہے کچا تربوز نہیں کھانا چاہیے اس لئے کہ ایک تو اس کا ذائقہ ٹھیک نہیں ہوتا دوسرے اس کے اتنے فوائد نہیں ہوتے جتنے کہ ایک پکے ہوئے تربوز میں ہوتے ہیں۔

پیٹ کے تمام امراض، قوت باہ، معدہ، جگر، پیٹ کے کیڑے، کا علاج

پیٹ کے لئے تربوز ایک بہت ہی اچھا پھل ہے پیٹ کی تمام بیماریوں کو ختم کر کے پیٹ کو دھو کر صاف کر دیتا ہے اس کے علاوہ بھی تربوز کے بے شمار طبی فوائد ہیں۔

تربوز قوت باہ کے لئے بھی بڑی فائدہ مند غذا ہے اس کے استعمال سے قوت باہ میں اضافہ ہوتا ہے چہرے کی رنگت نکھر جاتی ہے اس کے مسلسل استعمال سے جسم میں موجود مدافعتی قوتوں کو طاقت حاصل ہوتی ہے جس کی وجہ سے انسانی جسم امراض کا مقابلہ اعضاء پر بیماری کے اثرات نہ ڈالتے ہوئے بہتر طریقے سے کرتا ہے جن افراد میں قوت مدافعت کی کمی ہوتی ہے وہ تربوز کے ساتھ ادرک کا استعمال کریں تو ان کو بہت فائدہ ہوگا عام طور پر شوگر کے مریضوں کے لئے میٹھاس نقصان دہ ہوتی ہے مگر ایسے مریض اگر تربوز کا استعمال کریں تو ان کو تربوز کی مٹھاس نقصان نہیں دیتی۔

تربوز کھانے سے معدے کی اکثر بیماریاں دور ہو جاتی ہیں معدہ درست ہو جاتا ہے چونکہ اکثر بیماریوں کی ابتداء ہی معدے کی خرابی سے ہوتی ہے جس کا معدہ درست ہوگا وہ کئی بیماریوں سے بچ جاتا ہے اس لئے معدے کو درست رکھنے کے لئے تربوز کا استعمال انتہائی فائدہ مند ہے معدے کی سوزش بھی تربوز کھانے سے دور ہو جاتی ہے جگر کی سوزش میں بھی تربوز کا استعمال فائدہ دیتا ہے اسہال کے مرض میں تربوز کھانا بہت ہی فائدہ مند ثابت ہوا ہے اس کے استعمال سے پیٹ میں موجود کیڑے ختم ہو جاتے ہیں پیٹ صاف ہو جاتا ہے پیٹ کی آنتوں میں موجود سوزش اور جلن ختم ہو جاتی ہے حلق کی سوزش میں بھی تربوز کا استعمال فائدہ دیتا ہے تربوز صفراوی کیفیت کو دور کرتا ہے شدید پیاس کی حالت میں اس کا استعمال فائدہ دیتا ہے جن افراد کو بار بار پیاس لگتی ہے وہ تربوز کا جوس استعمال کریں تو ان کی یہ حالت ٹھیک ہو جاتی ہے تربوز کے بیج بھی انسانی جسم کے لئے مفید ثابت ہوئے ہیں پیٹ کے کیڑے نکالنے کے لئے بیج انتہائی کارآمد چیز ہیں تربوز کا جوس پیچش کی حالت میں پینے سے آرام آجاتا ہے۔

قبض، مثانہ، گردے کی پتھری، پیشاب کی جلن، بھوک، وزن میں کمی، بدہضمی، سوجن کا علاج

قبض کی حالت میں تربوز کا استعمال مفید ہے مثانے کے امراض میں اس کا استعمال

فائدہ دیتا ہے گردے اور مثانے کی پتھری کو خارج کرنے میں تربوز بہت ہی مفید ثابت ہوا ہے مثانے کی نالیوں میں موجود سوزش اس کے کھانے سے دور ہو جاتی ہے جس سے پیشاب کرتے ہوئے جلن کی کیفیت ختم ہو جاتی ہے بھوک نہ لگنے کی حالت میں بھی تربوز کا استعمال فائدہ دیتا ہے اس کے کھانے سے بھوک بڑھ جاتی ہے تربوز جسم کے تمام اعضاء کو قوت پہنچاتا ہے جن افراد کا وزن نہ بڑھ رہا ہو تو ان کے لئے تربوز کا استعمال بہت مفید ثابت ہوا ہے تربوز کا شربت دل کو فرحت پہنچاتا ہے اس میں تمام غذائی حرارے موجود ہوتے ہیں جن کی جسم کو ضرورت ہوتی ہے یہ معدے پر بوجھ نہیں بنتا بلکہ بہت جلد ہضم ہو جاتا ہے یرقان (Jaundice) کے مریضوں کے لئے تربوز کا استعمال بہت فائدہ دیتا ہے تپ محرقہ کی کیفیت میں بھی تربوز کھانا بہت ہی مفید ثابت ہوا ہے۔

جن افراد کو کھانا ہضم نہ ہوتا ہو اور کھٹے ڈکار آتے ہوں ان کے لئے تربوز کے ساتھ ادرک ملا کر کھانا انتہائی فائدہ مند ہے تربوز کے استعمال سے معدے کی گندگی دور ہو جاتی ہے جس سے معدہ فعال ہو جاتا ہے ہر غذا کو جلد ہضم کرتا ہے چہرے کی سوجن بھی اس کے استعمال سے دور ہو جاتی ہے چہرے کی شادابی اپنی اصلی حالت پر آ جاتی ہے تربوز کا استعمال بخار کی حالت میں بھی فائدہ دیتا ہے سرکہ کے ساتھ اس کا کھانا بخار کی حالت میں مرض سے جلد نجات کا باعث بنتا ہے تربوز کے ان طبی خواص کا تذکرہ قدیم اور جدید اطباء کرام نے بھی کیا ہے معلوم ہوتا ہے کہ تربوز انسانی جسم کے لئے بہت فائدہ مند غذا ہے۔

......جَو شریف......

جَو شریف کسی تعارف کا محتاج نہیں، دنیا کے بے شمار ممالک میں جَو شریف کی پیداوار ہوتی ہے مگر سب سے زیادہ جَو شریف کی پیداوار بھارت، امریکہ، کینڈا، روس، چین، جنوبی فرانس، جنوبی اٹلی، شمالی افریقہ، یونان اور مصر میں ہوتی ہے بھارت میں راجستھان کا علاقہ جو کی پیداوار کے لئے خاصہ مشہور ہے۔

❁ احادیث مبارکہ کی روشنی میں

پیارے نبی (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کی پیاری غذاؤں میں جو شریف کا شمار بھی ہوتا ہے حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے جو شریف بڑی رغبت کے ساتھ استعمال فرمایا ہے احادیث مبارکہ میں جو شریف کی افادیت کا ذکر بیان ہوا ہے جس سے معلوم ہوتا ہے کہ آپ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کو جو شریف بہت پسند تھے حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے جو شریف ہر اعتبار سے استعمال فرمایا ہے جو شریف کی روٹی جو شریف کے ستو اور جو کا دلیہ بنا کر تناول کرنے کا ذکر احادیث میں آیا ہے۔

❁ مریض کیلئے فائدہ مند

حضرت سیدتنا عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے مروی ہے فرماتی ہیں کہ:

''رسول اللہ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کے گھر والوں میں سے جب کوئی بیمار ہوتا تھا تو ارشاد ہوتا تھا کہ اس کے لئے جو شریف کا دلیہ تیار کیا جائے پھر ارشاد فرماتے تھے کہ یہ مریض کے دل سے غم کو دور کر دیتا ہے اور اس کی کمزوری کو ایسے اتار دیتا ہے جیسے کہ تم میں سے کوئی اپنے چہرے کو پانی سے دھو کر اس سے غلاظت اتار دیتا ہے''۔ (ابن ماجہ شریف)

اس روایت سے معلوم ہوا کہ مریضوں کے لئے جو شریف کا دلیہ بطور غذا اور دوا نہایت فائدہ مند ہے مرض کی وجہ سے جسم میں پیدا ہونے والی نقاہت اور کمزوری کو رفع کرتا ہے اور قوت مدافعت میں اضافہ کرتا ہے۔

❁ جو کی روٹی

احادیث مبارکہ میں جو شریف کی روٹی کا تذکرہ بھی ملتا ہے جس سے معلوم ہوتا ہے کہ حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) جو کی روٹی کو بہت پسند فرماتے تھے اور تناول فرماتے تھے چنانچہ حضرت سیدنا یوسف بن عبداللہ بن سلام رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی حدیث پاک کے الفاظ ہیں کہ:

میں نے نبی کریم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کو دیکھا کہ آپ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے جو شریف کی روٹی کا ٹکڑا لیا اور اس کے اوپر کھجور رکھی اور فرمایا کہ یہ اس کا سالن ہے اور تناول فرمایا''۔

(سنن ابوداؤد شریف)۔

❂ قوت وطاقت کے لئے

حضرت سیدتنا ام منذر رضی اللہ تعالیٰ عنہا فرماتی ہیں کہ حضور (ﷺ) ایک مرتبہ حضرت سیدنا علی کرم اللہ تعالیٰ وجہہ الکریم کے ہمراہ میرے ہاں تشریف لائے ہمارے یہاں کھجور کے خوشے لٹکے ہوئے تھے سیدنا رسول اللہ (ﷺ) ان میں سے تناول فرمانے لگے حضرت سیدنا علی کرم اللہ تعالیٰ وجہہ الکریم جو کہ حضور (ﷺ) کے ساتھ تھے وہ بھی تناول فرمانے لگے حضور (ﷺ) نے ان کو روک لیا کہ تم ابھی بیماری سے اٹھے ہو تم مت کھاؤ وہ رک گئے اور حضور (ﷺ) تناول فرماتے رہے ام منذر رضی اللہ تعالیٰ عنہا فرماتی ہیں کہ پھر میں نے ان کے لئے جو کی روٹی اور چقندر تیار کئے تو حضور (ﷺ) نے حضرت سیدنا علی کرم اللہ تعالیٰ وجہہ الکریم سے فرمایا کہ تم اس میں سے کھاؤ کہ یہ تمہارے لئے بہتر ہے"۔

(ابن ماجہ، ترمذی، ابوداؤد، مسند احمد)

❂ پسندیدہ روٹی

حضرت سیدنا سہل بن عبداللہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے کسی نے پوچھا کہ سیدنا رسول اکرم (ﷺ) نے کبھی سفید میدہ کی روٹی تناول بھی فرمائی ہے؟ انہوں نے جواب دیا کہ حضور (ﷺ) کے سامنے آخر عمر مبارک تک کبھی میدہ آیا بھی نہیں۔ پھر سائل نے پوچھا کہ حضور (ﷺ) کے زمانہ اقدس میں تم لوگوں کے یہاں چھلنیاں تھیں؟ انہوں نے فرمایا کہ نہیں تھیں۔ سائل نے پوچھا تو پھر جو کی روٹی کیسے پکائی جاتی تھی؟ انہوں نے جواب دیا کہ اس آٹے میں پھونک مار لیا کرتے اور جو موٹے موٹے ریشے ہوتے تھے وہ اڑ جاتے تھے باقی گوندھ لیا کرتے تھے۔ (شمائل ترمذی)

کھانا تو دیکھو جَو کی روٹی ۔۔۔ بے چھنا آٹا روٹی بھی موٹی
وہ بھی شکم بھر روز نہ کھانا ۔۔۔ صلی اللہ تعالیٰ علیہ وآلہ وسلم

جَو شریف کی روٹی بھی پیٹ بھر نہ کھائی

حضرت سیدتنا عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا فرماتی ہیں کہ حضور اکرم (ﷺ) کے وصال مبارک تک حضور (ﷺ) کے اہل وعیال نے مسلسل دو دن کبھی جو کی روٹی سے پیٹ بھر کر کھانا نہیں کھایا۔ (شمائل ترمذی)

جَو شریف کی روٹی

حضرت سیدنا ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہما فرماتے ہیں کہ حضور (ﷺ) اور آپ (ﷺ) کے گھر والے کئی کئی رات پے در پے بھوکے گزار دیتے تھے کہ رات کو کھانے کے لئے کچھ موجود نہیں ہوتا تھا اور اکثر آپ (ﷺ) کی غذا جو کی روٹی ہوتی تھی۔ (شمائل ترمذی)

جو کی روٹی بچتی نہیں تھی

حضرت سیدنا ابوامامہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ سیدنا رسول اللہ (ﷺ) کے گھر میں جو کی روٹی کبھی نہیں بچتی تھی۔ (شمائل ترمذی)

جو کے دانے کے برابر ایمان

حضرت سیدنا انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ سیدنا رسول کریم (ﷺ) نے فرمایا کہ:

"حضور (ﷺ) سے روز محشر اللہ تعالیٰ یہ فرمائے گا کہ جاؤ جس شخص کے دل میں گیہوں یا جو کے دانے کے برابر ایمان ہو اس کو دوزخ سے نکال لو"۔ (مسلم شریف)

صدقۂ فطر

حضرت سیدنا ابن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہما سے روایت ہے کہ حضور انور (ﷺ) نے ایک صاع چھوہارے یا ایک صاع جو صدقہ فطر واجب کیا تھا۔ (مسلم شریف)

بیان کی گئی روایات سے یہ معلوم ہوتا ہے کہ حضور اکرم (ﷺ) کھانوں میں جو کی روٹی کا استعمال کثرت سے فرماتے تھے اور دیگر اجناس کی روٹیوں کے مقابلے میں جو کی

روٹی کو زیادہ پسند فرماتے تھے۔

❁ جو کے ستو

جو سے ستو بھی بنائے جاتے ہیں اور ستو کا ذکر بھی بہت سی احادیث مبارکہ میں آیا ہے چنانچہ حضرت سیدنا سُوید بن نعمان رضی اللہ عنہ کا بیان ہے کہ وہ نبی کریم ﷺ کے ہمراہ مقامِ صہبا پر موجود تھے، جو خیبر سے ایک منزل دور ہے، جب نماز کا وقت ہو گیا تو آپ ﷺ نے کھانا طلب فرمایا اس وقت ستو کے سوا کچھ نہ ملا۔ آپ ﷺ نے ان میں سے کچھ ستو پھانکے، آپ ﷺ کے ساتھ ہم نے بھی پھانکے۔ (صحیح بخاری)

حضرت سیدنا ابی بردہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے فرماتے ہیں کہ:

"میں مدینہ طیبہ میں وارد ہوا تو میری ملاقات حضرت سیدنا عبداللہ بن سلام رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے ہوئی انہوں نے مجھے اپنے پاس ٹھہرنے کی دعوت دی اور فرمایا کہ میں تمہیں اس پیالے میں پلاؤں گا جس میں حضور (ﷺ) نے پیا اور اس مسجد میں نماز پڑھواؤں گا جس میں حضور (ﷺ) نے نماز پڑھی چنانچہ میں ان کے پاس ٹھہر گیا اور انہوں نے مجھے ستو اور کھجور کھلائے اور میں نے ان کی مسجد میں نماز پڑھی"۔ (بخاری شریف)

ایک حدیث پاک میں آتا ہے کہ ام المومنین حضرت سیدتنا صفیہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کے ساتھ نکاح کے موقع پر دعوت ولیمہ میں کھجوریں اور ستو تھے۔ (ترمذی وابن ماجہ شریف)

ان تمام احادیث میں جَو کے مختلف انداز سے تناول اور نوش کرنے کا تذکرہ ملتا ہے جو ایک زود ہضم غذا ہے معدہ اسے بہت جلدی ہضم کر لیتا ہے یہ معدے پر بوجھ نہیں ڈالتی اس کے بے شمار غذائی اور طبی فوائد ہیں اطباء کرام اس بات پر متفق ہیں کہ جو جسم کو طاقت بخشتے ہیں اور جلد ہضم ہو کر جسم کی تعمیر کرتے ہیں۔

❁ جو کے طبی خواص

جو ایک ہلکی پھلکی غذا ہے دل اور دماغ کو فرحت بخشتی ہے دماغ کو سکون پہنچاتی ہے جگر کی گرمی کو جو دور کر دیتے ہیں جن افراد کے مثانے میں گرمی ہو اور پیشاب جل کر آتا ہو ان کیلئے

جو کا جوشاندہ ٹھنڈا کر کے پینا انتہائی فائدہ مند ہوتا ہے اس سے مثانے میں موجود فاسد فضلات پیشاب کے راستے جلد خارج ہو جاتے ہیں اور مثانے کی گرمی دور ہو جاتی ہے گردوں کے مرض میں مبتلا افراد بھی اسی جوشاندہ کو استعمال کریں تو ان کیلئے بھی مفید ہے۔

معدے کی جلن، آنتوں کا السر، دل کی گرمی، پیشاب میں خون، گردے کی پتھری علاج

جو کا جوشاندہ معدے کو درست کرتا ہے چونکہ جلد ہضم ہونے والی غذا ہے اس لئے معدے پر بوجھ نہیں ڈالتا اور معدے کی اکثر بیماریوں سے نجات دیتا ہے معدے کی جلن کو دور کرتا ہے دل کی گرمی میں بھی اس کا استعمال فائدہ مند ثابت ہوا ہے خاص طور پر گرم مزاج والے افراد کے لئے بہت مفید ہے یہ چڑچڑے پن کی کیفیت کو دور کرتا ہے اور ہیجانی حالت میں فائدہ پہنچاتا ہے معدے کے السر میں مبتلا مریض صبح ناشتے میں جو کا دلیہ استعمال کریں تو چند ماہ میں ہی ان کا مرض دور ہو جائے گا جن افراد کو پیشاب کے راستے پیپ یا خون آتا ہو ان کے لئے جو کے جوشاندہ کو ٹھنڈا کر کے شہد ملا کر پینے سے افاقہ ہوتا ہے۔ دائمی قبض کے مریضوں کے لئے جو کا دلیہ کھانا فائدہ مند ہے گردے میں پتھری والے مریض جو کے ٹھنڈے جوشاندے میں شہد ملا کر پئیں تو پتھری جلد خارج ہو جاتی ہے آنتوں کے السر میں مبتلا مریض صبح نہار منہ جو کا دلیہ استعمال کریں تو ان کو اس مرض سے شفا حاصل ہوگی۔

خون کی خرابی، پھوڑے، پھنسی، پیشاب کی نالیوں کی سوزش، جسم کی گرمی، یرقان (Jaundice) کا علاج

خون کی خرابی کی وجہ سے چہرہ پر یا جسم پر پھوڑے پھنسیوں کی حالت پیدا ہو جاتی ہے ایسے میں جو کا استعمال خون کی گرمی اور جوش کو اعتدال پر لاتا ہے اور پھوڑے پھنسیوں کو دور کرتا ہے گرمی دانوں کی کیفیت میں جو کے ستو کا شربت پینا فائدہ مند ہے جلدی خارش کے مرض میں جو کا استعمال انتہائی فائدہ مند ثابت ہوا ہے جو کا ہر طرح کا استعمال جسم کے

اندرونی اور بیرونی طور پر حصوں کو درست رکھتا ہے جو میں دیگر تمام اجناس اور پھلوں سے بڑھ کر وٹامنز ہوتے ہیں جو جسم کی ہر قسم کی ضرورتوں کو پورا کر کے اس کی تعمیر کرتے ہیں سردی کے موسم میں جو کا دلیہ فائدہ دیتا ہے جن افراد کی جلد شدید سردی کی وجہ سے خشک ہو کر پھٹ جاتی ہے یا اس میں کھردرا پن آجاتا ہے ایسی صورت میں جو کا دلیہ فائدہ مند ہوتا ہے اور جلد کی خشکی کو دور کرتا ہے۔

پیشاب کی نالی میں موجود سوزش کی حالت میں جو کے پانی میں شہد ملا کر پینا سوزش کو دور کرتا ہے اس کے علاوہ بھی جو کے بے شمار طبی فوائد ہیں جو جسم میں خون کی کمی کو دور کرتے ہیں ان کو کھانے سے صالح خون پیدا ہوتا ہے اور خون میں موجود فاسد مادوں کو خارج کرتے ہیں اس کے مسلسل استعمال سے چہرے کی رنگت نکھر جاتی ہے جو کی روٹی جسم کی تمام غذائی ضرورتوں کو پورا کرتی ہے یرقان (Jaundice) کے مریضوں کے لئے جو کا استعمال مفید ثابت ہوا ہے یہ جسم کی گرمی کی زیادتی کو دور کر کے اعتدال پر لاتے ہیں۔

پٹھوں کی کمزوری، بدہضمی، مسوڑھوں، قوت حافظہ، نسیان کا علاج

پٹھوں کی کمزوری کی حالت میں جو کا استعمال فائدہ دیتا ہے جن افراد کو بھوک نہیں لگتی ان کیلئے جو کا دلیہ استعمال کرنا انتہائی مفید ہے اس سے ان کی بھوک بڑھ جاتی ہے اس کا استعمال نظام ہضم کو درست رکھتا ہے اور بدہضمی کی کیفیت پیدا نہیں ہونے دیتا بدن کو مضبوط بنانے میں جو ایک فعال کردار ادا کرتے ہیں جسم کی کمزوری کو دور کرنے کے لئے جو کا جوشاندہ انتہائی مفید ہے یہ جوشاندہ جسم میں قوت مدافعت پیدا کرتا ہے جسم کو تسکین پہنچاتا ہے بیمار کے چہرے پر تازگی لاتا ہے طبیعت میں بے چینی کی کیفیت کو ختم کر کے مریض کو ہشاش بشاش بناتا ہے معدے کی سوزش کو دور کرنے میں بھی جو مفید ثابت ہوئے ہیں دماغی کام کرنے والوں کے لئے نہار منہ جو کا دلیہ کھانا فائدہ مند ہے جو بے خوابی کی کیفیت کو بھی دور کرتے ہیں ان کے استعمال سے نیند کی کمی بھی دور ہو جاتی ہے جو مرض نسیان میں فائدہ دیتے ہیں بھول جانے کی عادت اکثر لڑکے اور لڑکیوں میں پائی جاتی ہے ایسے افراد اگر جو کا

استعمال باقاعدگی سے کریں تو ان کے بھول جانے کی عادت سے جلد چھٹکارا حاصل ہو جائے گا اوران کی دماغی صلاحیتوں میں اضافہ ہوگا یادداشت تیز ہو جائے گی جو کا استعمال بڑھی ہوئی ذکاوت حس کو بھی دور کرتا ہے اس حالت میں جو کے ستو شربت کے ساتھ استعمال کرنے سے فائدہ ہوتا ہے ان سے معدے کی جلن بھی دور ہو جاتی ہے جو کا استعمال خون میں تیزابی کیفیت کو ختم کرنے میں فائدہ دیتا ہے جلدی امراض میں بھی جو کا استعمال مفید ہے جو خون کی خرابیوں کو دور کرتے ہیں یہ مصفیٰ خون ہوتے ہیں خون سے فاسد مادوں کا اخراج کرتے ہیں جن افراد کا پیٹ اکثر خراب رہتا ہے بار بار اجابت کی حالت رہتی ہے ان کے لئے جو کا دلیہ بنا کر کھانا انتہائی فائدہ مند ہوتا ہے گلے کی سوزش میں جو کا گرم جوشاندہ پینے سے شفا حاصل ہوتی ہے جو کا شربت صفراوی حالت میں تسکین پہنچاتا ہے پیاس کی وجہ سے زبان خشک ہونے کی کیفیت میں یہ شربت اکسیر کی حیثیت رکھتا ہے پیاس کی زیادتی کو کم کرتا ہے اور پیاس بجھا دیتا ہے جگر کو ٹھنڈک پہنچاتا ہے خارش کی حالت میں جو کا آٹا سرکہ میں خوب اچھی طرح ملا کر مرہم بنائیں اور متاثرہ حصوں پر لیپ کریں اس سے افاقہ ہوگا جسم کے ورم زدہ حصوں پر جو کا آٹا شہد کے پانی میں ملا کر لیپ کرنے سے ورم دور ہو جاتے ہیں مسوڑھوں کے درد میں بھی جو فائدہ مند ثابت ہوئے ہیں جو کو پانی میں ابالیں پھر اس پانی سے کلیاں کریں تو مسوڑھوں کا درد دور ہو جاتا ہے۔

چقندر

ہم میں سے ہر کوئی چقندر کے نام سے بخوبی واقف ہے اس کا استعمال دنیا میں عام ہے اور یہ سبزیوں میں شمار ہوتا ہے چقندر سے بے شمار فوائد حاصل کئے جاتے ہیں پاکستان میں چقندر کو سبزی کے سالن کے طور پر پکایا جاتا ہے اور سلاد کے طور پر بھی چقندر کو دسترخوان کی زینت بنایا جاتا ہے چقندر کے پتے بھی غذا کے طور پر استعمال میں لائے جاتے ہیں اب تو چقندر سے چینی بھی حاصل کی جاتی ہے کیونکہ اس میں مٹھاس کی مقدار بہت زیادہ

ہوتی ہے۔ چقندر کی عام طور پر دوقسمیں پائی جاتی ہیں ایک سفید اور دوسری لال، چقندر کی کاشت دنیا کے بے شمار ممالک میں کثرت سے کی جاتی ہے پاکستان میں بھی چقندر بڑی تعداد میں کاشت کیے جاتے ہیں۔

ہمارے پیارے نبی (ﷺ) کی پیاری غذاؤں میں چقندر کا شمار بھی ہوتا ہے آپ (ﷺ) نے چقندر کو پسند فرمایا ہے اور دوسروں کو بھی اسے کھانے کی تلقین فرمائی جس کا تذکرہ احادیث مبارکہ میں ملتا ہے۔

✪ خوشی کی وجہ

حضرت سیدنا سہل بن سعد رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے وہ فرماتے ہیں کہ:

''ہم جمعہ کے روز بہت خوشی محسوس کرتے تھے کیونکہ اس دن ایک بوڑھی عورت آتی جو چقندر کی جڑیں اور جو ہنڈیا میں ڈال کر خوب اچھی طرح پکاتی تھی اللہ کی قسم! اس میں نہ تو چربی ہوتی تھی اور نہ ہی چکنائی ہم جمعہ کی نماز پڑھ کر اس کے قریب جاتے اسے سلام کہتے اور وہ اپنا پکوان ہمارے آگے رکھ دیتی ہم اسے کھا کر جمعہ کے روز خوش وخرم رہتے''۔

(بخاری ومسلم شریف)

✪ چقندر کا سالن

حضرت ام المنذر رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے روایت ہے فرماتی ہیں کہ:

''رسول اللہ (ﷺ) میرے گھر تشریف فرما ہوئے اور حضرت سیدنا علی رضی اللہ تعالیٰ عنہا بھی ساتھ تھے میرے ہاں اس وقت کھجور کے خوشے لٹک رہے تھے آپ (ﷺ) کی خدمت اقدس میں وہ پیش کیے گئے وہ دونوں تناول فرمانے لگے اور اس کے دوران حضور (ﷺ) نے حضرت سیدنا علی کرم اللہ تعالیٰ وجہہ الکریم سے فرمایا کہ اب تم مزید نہ کھاؤ کیونکہ ابھی بیماری سے اٹھنے کی وجہ سے کمزور ہو پھر میں نے ان کے لئے چقندر کا سالن اور جو کی روٹی پکائی اس پر نبی کریم (ﷺ) نے ارشاد فرمایا کہ ہاں علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ تم اس میں سے کھاؤ کیونکہ یہ تمہارے لئے فائدہ مند ہے''۔ (ترمذی شریف)

اس سے یہ معلوم ہوتا ہے حضور اکرم (ﷺ) چقندر کا سالن خوش ہو کر تناول فرماتے تھے اس سے یہ بات بھی روشن ہوتی ہے کہ چقندر کا سالن جو کی روٹی کے ساتھ کھانا جسم میں توانائی کی کمی پورا کرتا ہے بیماری سے اٹھنے کے بعد چقندر کا سالن صحت کے لئے از حد مفید ہے چقندر کی جڑیں اور پتے انسانی جسم کو طبی طور پر بے شمار فائدے دیتے ہیں اطباء کرام نے چقندر کی لاتعداد طبی افادیت بیان کی ہیں جن سے یہ ظاہر ہوتا ہے کہ چقندر انسانی جسم کی نشو ونما اور اکثر امراض میں فائدہ مند ہیں۔

❁ چقندر کی طبی افادیت

ترمذی شریف کی بیان کی گئی حدیث مبارکہ کے تحت حافظ اکرام الدین واعظ "طب نبوی" میں تحریر فرماتے ہیں کہ علماء کرام نے لکھا ہے کہ حضرت سیدنا علی کرم اللہ تعالیٰ وجہہ الکریم کی دونوں آنکھیں دکھ رہی تھیں اور آنکھیں دکھنے کی صورت میں کھجوریں کھانا مضر ہے اس لئے حضور (ﷺ) نے حضرت سیدنا علی کرم اللہ تعالیٰ وجہہ الکریم کو منع فرمایا اور جب آپ کے سامنے چقندر پیش کئے گئے تو حضرت سیدنا علی کرم اللہ تعالیٰ وجہہ الکریم سے فرمایا کہ یہ کھاؤ یہ تمہارے لئے مفید ہے اور تمہاری ناطاقتی کو دور کر دے گا۔

اس حدیث پاک سے یہ بھی معلوم ہوا ہے کہ پرہیز کرنا سنت ہے اور یہ بھی معلوم ہوا کہ چقندر کھانے سے کمزوری دور ہوتی ہے اسی لئے حکماء نے لکھا ہے کہ چقندر کے بے پناہ طبی خواص ہیں اس کے بے شمار امراض کا شافی علاج کیا جاتا ہے چقندر کے استعمال سے جسم انسانی کو بہت فائدہ پہنچتا ہے۔

امراضِ جلد، آنکھوں کی جلن، سوزش، جوڑوں کا درد کا علاج

جلد کے امراض میں بھی چقندر کو مفید مانا گیا ہے چقندر کو باریک کاٹ کر سرکہ اور پانی میں ابال کر ٹھنڈا کریں پھر اس پانی کو خشک خارش پر لگائیں تو مرض سے جلد شفا حاصل ہوگی اسی پانی کو خارش کی وجہ سے پیدا شدہ جلد کے زخم پر لگانا بھی فائدہ دیتا ہے یہ پانی پورے جسم میں کسی بھی جگہ خارش ہونے کی صورت میں لگانے سے فائدہ دیتا ہے حتیٰ کہ اگر سر پر خشکی کی

وجہ سے خارش ہوتی ہو تو ایسی حالت میں بھی اس کا پانی لگانا مفید ثابت ہوا ہے چقندر کی جڑوں کا پانی نکال کر ماتھے کے اطراف میں لگانے سے آنکھوں کی جلن اور سوزش جلد دور ہو جاتی ہے سر درد میں بھی شفا دیتا ہے جوڑوں کے درد اور سوجن کی حالت میں بھی چقندر کی جڑوں کا پانی فائدہ دیتا ہے اس مرض میں چقندر کو باریک کاٹ کر سرکہ اور پانی میں خوب اچھی طرح ابال کر سوجے ہوئے جوڑوں کو اس نیم گرم پانی سے بار بار دھوئیں اس سے درد اور سوجن دور ہو جائے گی جسم کے دیگر حصوں پر بھی ورم کی صورت میں اس پانی سے متاثرہ حصہ بار بار دھونے سے افاقہ حاصل ہوتا ہے۔

جلے ہوئے متاثرہ جسم کے حصے پر چقندر کا پانی روغن زیتون میں ملا کر لگانے سے فائدہ ہوتا ہے زخم جلد ٹھیک ہو جاتے ہیں چقندر کی جڑوں کا پانی چند قطرے ناک میں ٹپکانے سے سر درد جلد دور ہو جاتا ہے جن عورتوں کو حیض کی کمی کی شکایت ہوتی ہے ان کے لئے چقندر کا استعمال انتہائی مفید ہے اس کے استعمال سے ماہواری کا خون بڑھ جاتا ہے معدہ اور آنتوں کی سوزش چقندر کھانے سے دور ہو جاتی ہے۔

چقندر ایک فائدہ مند اور جسم کو تقویت بخشنے والی غذا ہے جگر کے امراض میں چقندر کا استعمال فائدہ دیتا ہے چقندر کھانے سے جگر کا نظام بہتر ہو جاتا ہے جگر اپنا کام ٹھیک طریقے سے انجام دیتا ہے چقندر بیماری کے بعد پیدا ہونے والی ہر قسم کی جسمانی کمزوری کو دور کر دیتے ہیں تلی کے ورم میں چقندر مفید ہیں اسے کھانے سے تلی کی سوزش کم ہو جاتی ہے اس کی سفید قسم مسور کی دال کے ساتھ پکا کر کھانے سے مرض قُولنج (بڑی انتڑی کا درد) کی حالت میں افاقہ ہوتا ہے سفید چقندر کا پانی بھی جگر کے امراض میں فائدہ مند ثابت ہوا ہے یہ جگر کی اصلاح کرتا ہے جگر کے مرض میں مبتلا مریض سرخ چقندر کو سرکہ اور رائی کے ساتھ شامل کر کے پکا کر کھائیں تو ان کو اس مرض میں فائدہ ہوگا یہ جگر اور تلی سے سدے نکال دیتا ہے چقندر دل کو فرحت بخشتے ہیں سکون پہنچاتے ہیں چقندر کے پانی میں شہد ملا کر پینے سے بڑھی ہوئی تلی کم ہو جاتی ہے اور اس کے ساتھ ہی جگر میں پیدا شدہ ہر قسم کی رکاوٹیں بھی دور ہو جاتی ہیں۔

مرگی، پیشاب کی رکاوٹ، جھڑتے بال،
چہرے کے داغ دھبے کا علاج

چقندر کو سرکہ اور رائی کے ساتھ پکا کر کھانے سے مرگی کے مرض میں افاقہ ہوتا ہے اور دوروں کی شدت میں کمی آجاتی ہے یہی سالن گردوں کے درد میں فائدہ دیتا ہے مثانہ کے امراض اس سے دور ہو جاتے ہیں چقندر کھانے سے پیشاب رک رک کر اور کم آنے کی شکایت بھی رفع ہو جاتی ہے اس لئے چقندر پیشاب آور ہے سرخ قسم کا چقندر پکا کر کھانے سے کمزوری باہ میں فائدہ ہوتا ہے یہ کمزوری کو دور کر کے قوت باہ میں اضافہ کرتا ہے۔

جن لوگوں کے سر کے بال تیزی سے گر رہے ہوں ان کے لئے چقندر کے پانی سے سر دھونا مفید ثابت ہوا ہے اس سے ان کے سر کی سکری اور خشکی دور ہو جاتی ہے بالوں کی جڑیں مضبوط ہو جاتی ہیں کمزور بالوں کی جڑوں کو مضبوطی ملتی ہے بالوں کو ٹھیک طرح سے نشوونما ہوتی ہے جس کی وجہ سے بال گرنا بند ہو جاتے ہیں اطباء کرام چقندر کے پتے کی بہت ہی زیادہ افادیت بیان کرتے ہیں گنجے پن کی حالت میں چقندر کے پتوں کا پانی نکال کر سر پر مسلسل لگانے سے سر پر بال اگ آتے ہیں چقندر کی جڑیں چہرے کی بیماریوں میں بھی فائدہ دیتی ہیں جن لوگوں کے چہرے کی جلد داغ چھائیاں دھبے پڑ گئے ہوں یا چہرے کی رنگت سیاہ ہوگئی ہو ان کے لئے چقندر کی جڑیں کاٹ کر چہرے پر رگڑنے سے داغ دھبے اور چھائیاں دور ہو جاتی ہیں چہرے پر دوران خون درست طرح سے دوڑتا ہے چہرے پر تازگی اور شادابی آجاتی ہے جس سے چہرے کی رونق میں اضافہ ہو جاتا ہے۔

جوؤں سے نجات، جلی ہوئی جلد، داد، چنبل کا علاج

جن افراد کے سر میں جوئیں پڑی ہوں ان کے لئے چقندر کی جڑوں کا پانی سر میں مالش کرنے سے جوئیں مر جاتی ہیں اور جوؤں کی وجہ سے سر میں ہونے والی خارش بھی دور ہو جاتی ہے۔ جلے ہوئے میں بھی چقندر کی جڑوں کا پانی فائدہ مند ہے جل جانے کی صورت میں متاثرہ مقام پر چقندر کا پانی لگائیں بہت جلد شفا حاصل ہوگی چقندر کا جوس جلد کی بیماری

دادا اور چنبل میں بھی فائدہ دیتا ہے یہ جوس جلد پر لگانے سے دادا اور چنبل کے مرض میں افاقہ ہوتا ہے۔

رحم کی خرابی، دائمی قبض، بواسیر، سدّے (گانٹھ)

اسہال، پیچش کا علاج

چقندر کی سرخ قسم خواتین کے پیچیدہ امراض میں بہت فائدہ دیتی ہے رحم کے اندرونی خرابی کی حالت میں چقندر پانی میں ابال کر یہ پانی ٹھنڈا کر کے شہد کے ساتھ ملا کر پینے سے فائدہ ہوتا ہے اس سے جسم کے دیگر اعضاء کو بھی تقویت ملتی ہے دائمی قبض کی صورت میں چقندر کو باریک کاٹ لیں اور پانی میں خوب اچھی طرح ابال کر اس کا جوشاندہ بنائیں اور صبح نہار منہ پئیں اس سے قبض دور ہو جائے گی پیٹ میں کھنچاؤ اور اکڑاؤ کی کیفیت دور ہو جاتی ہے آنتوں کا کھنچاؤ بھی دور ہو جاتا ہے بواسیر کے مرض میں بھی چقندر کا جوشاندہ نہار منہ پینے سے شفا حاصل ہوتی ہے۔

چقندر کا استعمال جسم میں ٹھنڈک پہنچاتا ہے یہ جسم کے سدے کھول دیتا ہے چقندر کا سالن معدہ پر بوجھ نہیں ڈالتا بلکہ بہت جلد ہضم ہو جاتا ہے اس سے جسم کی نقاہت دور ہو جاتی ہے بیماری سے اٹھنے کے بعد کمزوری کی صورت میں اس کا ہر طرح سے استعمال فائدہ دیتا ہے یرقان (Jaundice) کے مرض میں چقندر کے پانی کو شہد کے ساتھ ملا کر مریض کو دینے سے فائدہ ہوتا ہے صفراوی امراض میں بھی چقندر مفید ہیں سفید چقندر مسور کی دال کے ساتھ پکا کر کھانے سے اسہال کے مرض میں افاقہ ہوتا ہے بدن کو تقویت ملتی ہے کان میں درد اور ورم ہونے کی صورت میں چقندر کا پانی روغن بادام میں ملا کر نیم گرم کر کے کان میں ٹپکائیں اس کے چند قطرے بہت جلد آرام پہنچاتے ہیں چقندر کا پانی پیچش کو بھی دور کرتا ہے بار بار دست آنے کی صورت میں چقندر کا پانی پینا مفید ثابت ہوا ہے یہ دستوں کو روکتا ہے اور کمزوری کو دور کرتا ہے چقندر کے پتوں کا پانی مسوڑھوں پر ملنے سے پائیوریا (PHYORRHEA)

(دانتوں کا ایسا مرض جس میں مسوڑھوں سے بدبودار پیپ نکلتی ہے، جس کی وجہ سے منہ میں سخت بدبو پیدا ہو جاتی ہے) کے مرض میں فائدہ ہوتا ہے رحم کی کمزوری اور دیگر نسوانی امراض چقندر کے استعمال سے دور ہو جاتے ہیں۔



دودھ کا استعمال انسان زمانہ قدیم سے ہی کرتے چلے آرہے ہیں دودھ سے بے شمار اشیاء بنائی جاتی ہیں مثلاً دہی، پنیر، گھی، کھویا اور مکھن وغیرہ اس کے علاوہ بھی دودھ سے کھیر، مٹھائیاں اور ربڑی بنائی جاتی ہے جس کا استعمال دنیا کے تقریباً تمام ملکوں میں عام ہوتا ہے دودھ سے اس قسم کی مصنوعات بنانے کے لئے باقاعدہ طور پر ڈیری فارم اور فیکٹریاں قائم ہیں اب تو دودھ، دہی، ملائی، پنیر اور مکھن کو زیادہ دیر تک محفوظ رکھنے کے لئے فیکٹریاں ان مصنوعات کو پیک کر کے بازار میں فروخت کے لئے پیش کرتی ہیں اور مارکیٹ میں باقاعدہ طور پر مقابلے کی فضا قائم ہے جس کی وجہ سے ان مصنوعات کا معیار بھی برقرار ہے۔

زمانہ قدیم سے ہی انسان دودھ کا کاروبار کرتا چلا آرہا ہے پاکستان میں گائے بھینس بکری اور اونٹنی کا دودھ تجارتی بنیادوں پر فروخت ہو رہا ہے ہمارے پاکستان میں زیادہ تر بھینس کا دودھ پسند کیا جاتا ہے کیونکہ بھینس کا دودھ گاڑھا ہوتا ہے اس میں لحمیات اور چکنائی گائے کے دودھ کی نسبت زیادہ ہوتی ہے تمام حلال جانوروں کا دودھ اللہ تعالیٰ نے حلال قرار دیا ہے اور تمام حرام جانوروں کا دودھ بھی حرام قرار دیا ہے حضور (ﷺ) نے دودھ کو پسند فرمایا ہے آپ (ﷺ) دودھ سے بنے ہوئے اکثر پکوان تناول فرمایا کرتے تھے اور خوش ہوتے تھے اللہ تعالیٰ نے دودھ کا تذکرہ قرآن کریم میں بھی کیا ہے اور جنتیوں کے لئے یہ خوشخبری دی گئی ہے کہ ان کے لئے جنت میں دودھ کی نہریں ہونگی جن سے وہ فائدہ اٹھائیں گے۔

قرآن کریم کی روشنی میں

اللہ رب العزت نے قرآن کریم میں ارشاد فرمایا کہ:

وَ اِنَّ لَكُمْ فِي الْاَنْعَامِ لَعِبْرَةً ؕ نُسْقِيْكُمْ مِّمَّا فِيْ بُطُوْنِهَا وَ لَكُمْ فِيْهَا مَنَافِعُ كَثِيْرَةٌ وَّ مِنْهَا تَاْكُلُوْنَ ﴿۲۱﴾

ترجمہ کنزالایمان: ''اور بیشک تمہارے لئے چوپاؤں میں سمجھنے کا مقام ہے ہم تمہیں پلاتے ہیں اس میں سے جو ان کے پیٹ میں ہے اور تمہارے لئے ان میں بہت فائدے ہیں اور ان سے تمہاری خوراک ہے''۔ (سورۂ مومنون، آیت ۲۱)

✪ دودھ کی نہریں

جنت کی نعمتوں کا بیان کرتے ہوئے ارشاد باری تعالیٰ ہوتا ہے کہ

مَثَلُ الْجَنَّةِ الَّتِيْ وُعِدَ الْمُتَّقُوْنَ ؕ فِيْهَاۤ اَنْهٰرٌ مِّنْ مَّآءٍ غَيْرِ اٰسِنٍ ۚ وَ اَنْهٰرٌ مِّنْ لَّبَنٍ لَّمْ يَتَغَيَّرْ طَعْمُهٗ ۚ وَ اَنْهٰرٌ مِّنْ خَمْرٍ لَّذَّةٍ لِّلشّٰرِبِيْنَ ۚ۬ وَ اَنْهٰرٌ مِّنْ عَسَلٍ مُّصَفًّى ؕ وَ لَهُمْ فِيْهَا مِنْ كُلِّ الثَّمَرٰتِ وَ مَغْفِرَةٌ مِّنْ رَّبِّهِمْ ؕ كَمَنْ هُوَ خَالِدٌ فِي النَّارِ وَ سُقُوْا مَآءً حَمِيْمًا فَقَطَّعَ اَمْعَآءَهُمْ ﴿۱۵﴾

ترجمہ: ''احوال اس جنت کا جس کا وعدہ پرہیزگاروں سے ہے اس میں ایسی پانی کی نہریں ہیں جو کبھی نہ بگڑے اور ایسے دودھ کی نہریں ہیں جس کا مزہ نہ بدلا اور ایسی شراب کی نہریں ہیں جس کے پینے میں لذّت ہے اور ایسی شہد کی نہریں ہیں جو صاف کیا گیا اور ان کے لئے اس میں ہر قسم کے پھل ہیں اور اپنے رب کی مغفرت کیا ایسے چین والے ان کی برابر ہو جائیں گے جنہیں ہمیشہ آگ میں رہنا اور انہیں کھولتا پانی پلایا جائے کہ آنتوں کے ٹکڑے ٹکڑے کر دے''۔ (سورۂ محمد آیت نمبر ۱۵)

✪ خوشگوار خالص دودھ

دودھ ایک نعمت ہے اللہ تعالیٰ کی طرف سے انسانوں کے لئے اس کا ذائقہ انسان دنیا میں تو چکھتا ہی ہے ایمان والے اس کی حلاوت جنت میں بھی پائیں گے اور ایسے ذائقے والا

دودھ جو کبھی بھی خراب نہیں ہوگا اور نہ ہی اس کا ذائقہ کبھی بدلے گا اللہ تعالیٰ نے اس میں انسانوں کے لئے مقام عبرت رکھا ہے کہ وہ جانوروں میں سے دودھ نکالتا ہے اور یہ کسی انسان کا خاصہ نہیں یہ تو اللہ تعالیٰ ہی کا انعام ہے کہ وہ انسانوں کے لئے کیسی کیسی نعمتیں مہیا کرتا ہے قرآن پاک میں ارشاد باری تعالیٰ ہوتا ہے کہ

وَ اِنَّ لَكُمْ فِي الْاَنْعَامِ لَعِبْرَةً ؕ نُسْقِيْكُمْ مِّمَّا فِيْ بُطُوْنِهٖ مِنْۢ بَيْنِ فَرْثٍ وَّ دَمٍ لَّبَنًا خَالِصًا سَآئِغًا لِّلشّٰرِبِيْنَ ﴿۶۶﴾

ترجمہ کنزالایمان: ''اور بیشک تمہارے لئے چوپایوں میں نگاہ حاصل ہونے کی جگہ ہے ہم تمہیں پلاتے ہیں اس چیز میں سے جو ان کے پیٹ میں ہے گوبر اور خون کے بیچ میں سے خالص دودھ گلے سے سہل اترتا پینے والوں کے لئے''۔ (سورۃ النحل، آیت ۶۶)

❁ احادیث مبارکہ کی روشنی میں

حضور (ﷺ) نے بکری، گائے اور اونٹنی کے دودھ کو پسند فرمایا ہے اور خوش ہو کر نوش فرماتے تھے انسانی جسم کے لئے طبی طور پر بھی دودھ کی افادیت کا تذکرہ فرماتے تھے چنانچہ ارشاد فرماتے ہیں کہ:

''میں سوائے دودھ کے ایسی کسی شے کو نہیں جانتا جس کے اجزاء ایک ہی وقت میں کھانے اور پینے کا کام دے سکیں''۔ (ترمذی شریف)

❁ گائے کے دودھ سے علاج کرو

گائے کا دودھ بھی حضور (ﷺ) پسند فرماتے تھے اور اسے بھی امراض میں شفاء کا باعث قرار دیتے تھے چنانچہ حضرت سیدنا عبداللہ بن مسعود رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ:

''گائے کے دودھ سے علاج کرو اس لئے کہ اللہ تعالیٰ نے اس میں شفا رکھی ہے کیونکہ یہ ہر قسم کے درختوں پر چرتی ہے''۔ (طبرانی)

❁ اونٹنی کا دودھ

حضرت سیدنا طارق رضی اللہ تعالیٰ عنہ روایت فرماتے ہیں کہ حضور اکرم (ﷺ)

نے ارشاد فرمایا کہ:

"تمہارے لئے اونٹنی کا دودھ ایک مفید شے ہے اس لئے کہ یہ ہر قسم کے درختوں سے چرتی ہیں اور اس میں ہر مرض سے شفا ہے"۔ (ابن عساکر)

❁ بکری کا دودھ

احادیث مبارکہ میں یہ بھی آیا ہے کہ حضور اکرم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) بکری کا دودھ بھی خوشی سے نوش فرمایا کرتے تھے اور اس کو پسند فرماتے تھے چنانچہ حضرت سیدنا انس رضی اللہ تعالیٰ عنہ ارشاد فرماتے ہیں کہ:

"رسول کریم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کے لئے گھر میں پالی گئی بکری کا دودھ دوہا گیا پھر اس میں حضرت سیدنا انس رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے گھر میں واقع کنوئیں کا پانی شامل کیا گیا تو نبی کریم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے یہ دودھ قبول فرمایا اور نوش کیا"۔ (بخاری شریف)

❁ دودھ کی لسّی

حضرت سیدنا جابر رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے فرماتے ہیں کہ:

"حضور نبی کریم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) اپنے ایک صحابی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے ہمراہ ایک انصاری کے باغ میں تشریف لے گئے وہ انصاری صحابی اپنے باغ کو پانی دے رہے تھے حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے ان سے فرمایا: اگر تمہارے پاس مشکیزہ میں رات کا باسی پانی موجود ہو تو لاؤ ورنہ ہم منہ لگا کر پانی نوش فرما لیتے ہیں انہوں نے عرض کیا کہ یا رسول اللہ! (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) میرے پاس مشکیزے میں رات کا باسی پانی موجود ہے چنانچہ وہ اپنے جھونپڑے میں گئے پیالے میں پانی ڈالا پھر اس میں بکری کا دودھ دوہا حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے اسے نوش فرمایا ان انصاری صحابی نے دوبارہ ایسے ہی کیا تو ان صحابی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے بھی نوش کیا جو حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کے ساتھ تھے۔ (بخاری شریف)

شیخ محمد عبدالحق محدث دہلوی رحمہ اللہ فرماتے ہیں کہ حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کبھی کبھار خالص دودھ نوش فرمایا کرتے تھے اور کبھی سرد پانی ملا کر دودھ نوش فرمایا کرتے تھے۔ (مدارج النبوۃ)

دودھ غذا بھی دوا بھی

حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کا ارشاد عالیشان ہے کہ:

"اللہ تعالیٰ جس کو کھانا کھلائے اسے کہنا چاہیے: یا اللہ: عزوجل اس میں ہمارے لئے برکت عطا فرما اور ہمیں اس میں سے بہتر رزق عطا فرما اور جس کو اللہ عزوجل دودھ پلائے اسے کہنا چاہیے کہ یا اللہ! عزوجل اس میں ہمارے لئے برکت عطا فرما اور اس کو زیادہ کر اس لئے کہ میں دودھ کے علاوہ کوئی دوسری کسی چیز کو نہیں جانتا جو کھانے اور پینے دونوں کے لئے کافی ہوتی ہے"۔

ضروری بات

حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نفاست پسند تھے اور صفائی کو پسند فرماتے تھے آپ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) غذاؤں کے استعمال میں بھی صفائی کا بہت لحاظ رکھتے تھے چنانچہ حضرت سیدنا عبداللہ بن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہما روایت فرماتے ہیں کہ:

"رسول اللہ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے گندگی کھانے والے جانور کا گوشت کھانے اور اس کا دودھ پینے سے منع فرمایا ہے"۔ (ترمذی شریف)

دائیں طرف سے تقسیم کرنے کا حکم

سیدنا رسول کریم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کی خدمت اقدس میں دودھ پیش کیا گیا جس میں پانی ملا ہوا تھا اور آپ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے نوش فرمایا اور پھر حکم فرمایا کہ دائیں طرف سے تقسیم کرو۔ (بخاری شریف)

گائے کا دودھ مفید ہے

حضرت سیدنا عبداللہ بن مسعود رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ رسول کریم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے فرمایا کہ:

"تمہارے فائدے کے لئے گائے کا دودھ ہے کیونکہ یہ اور اس کا مکھن مفید دوا ہے البتہ اس کے گوشت میں بیماری ہے"۔ (ابن السنی، مستدرک حاکم، ابونعیم)

❀ بکری کا دودھ

حضور سرکار مدینہ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے فرمایا کہ:

''بنی اسرائیل کے ایک گروہ کو تجسس کی عادت تھی اندیشہ ہے کہ ان کو چوہا بنادیا اور یہ اس لئے ہوا کہ جب ان کو بکری کا دودھ ملتا تھا تو وہ اسے خوش ہو کر پی لیتے تھے لیکن جب ان کو اونٹنی کا دودھ دیا جاتا تو وہ اسے نہیں پیتے تھے''۔ (بخاری شریف و مسلم شریف)

❀ دودھ کی چکنائی

حضرت سیدنا عبداللہ ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہما سے مروی ہے فرماتے ہیں کہ نبی کریم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے دودھ نوش فرمایا اور پھر پانی طلب فرمایا اور کلی کی پھر ارشاد فرمایا کہ:

''دودھ میں چکنائی ہوتی ہے جو بخار کے مریضوں کے لئے اور سر درد کیلئے بیکار ہے''۔ (بخاری و مسلم شریف)

❀ بنیادی غذا

انسانی جسم کی نشو و نما کے لئے دودھ بنیادی غذا کی حیثیت رکھتا ہے بچے کی پیدائش کے بعد اس کی سب سے پہلی غذا دودھ ہی ہوتی ہے ماں اپنے بچے کی پرورش دودھ سے کرتی ہے وہ اسے اپنا دودھ پلاتی ہے قرآن کریم نے بچے کی مدت رضاعت مقرر کر دی ہے جس سے ماؤں پر یہ فرض ہو گیا ہے کہ وہ بچے کو مقررہ مدت تک اپنا دودھ پلائیں اس کے علاوہ جب بچہ ذرا بڑا ہونے لگے تو اسے جانوروں کا تازہ دودھ بھی دیا جا سکتا ہے اس لئے کہ دودھ کے بے شمار غذائی اور طبی فوائد ہیں دودھ سے بننے والی دیگر مصنوعات انسانی جسم کی تعمیر میں بہتر کردار ادا کرتی ہیں بے شمار امراض کا علاج دودھ اور اس سے بنائی جانے والی چیزوں سے کیا جاتا ہے آپ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے بھی دودھ کو اکثر امراض کے لئے شفا قرار دیا ہے ماہرین طب اس بات پر متفق ہیں کہ دودھ انسانی جسم کے لئے بہترین غذا ہے خود حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کو دودھ پلانے کے لئے شیر خوارگی کی عمر مبارک میں حضرت سیدتنا دائی حلیمہ سعدیہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا اپنے ساتھ لے گئی تھیں اور رضاعت کی عمر مبارک پوری

کرنے کے بعد واپس مکہ مکرمہ لے آئی تھیں بچے کو ماں کا دودھ پلانے سے ماں کی صحت بھی برقرار رہتی ہے اور بچہ بھی تندرست رہتا ہے تحقیق سے یہ بات ثابت ہوئی ہے کہ جو خواتین بچوں کو اپنا دودھ نہیں پلاتیں ان کو دوسری خواتین کی نسبت چھاتی کا کینسر زیادہ ہوتا ہے اور دیگر نسوانی عارضے بھی اس کو لاحق ہوتے ہیں۔

دودھ کی طبی افادیت

افادیت کے اعتبار سے اول نمبر پر بکری کے دودھ کو شمار کیا گیا ہے اس کے بعد گائے اور پھر اونٹنی کا دودھ غذائیت کے اعتبار سے بہتر مانا گیا ہے لیکن ان سب میں ایک قدر مشترک ہے کہ دودھ جس قدر تازہ ہوگا اور صاف برتن میں دوہا گیا ہوگا اسی قدر اس کی غذائی افادیت زیادہ ہوگی دودھ میں تھوڑا سا پانی ملا کر پینا زیادہ فائدہ دیتا ہے جن افراد کو دودھ پینے سے پیٹ میں گڑبڑ ہوتی ہو ان کے لئے دودھ سے دہی بنا کر پینا زیادہ فائدہ مند ہوتا ہے اس لئے کہ دہی اور دہی کی لسی پیٹ میں خرابی پیدا نہیں کرتی جبکہ اس طرح دودھ کے استعمال سے اس کی غذائیت میں کوئی کمی نہیں آتی اور پیٹ میں نفخ پیدا نہیں ہوتا دودھ میں تمام وہ اجزاء ہوتے ہیں جو جسم کو مکمل غذا فراہم کرنے کے لئے ضروری ہیں یعنی دودھ میں لحمیات چکنائی اور پانی کی مناسب مقدار موجود ہوتی ہے حاملہ عورتوں کو ایام حمل کے دوران روزانہ دودھ پینے سے فائدہ ہوتا ہے کیونکہ ان کے شکم میں نشوونما پانے والے بچے کیلئے ہڈیوں کی بناوٹ میں فاسفورس اور کیلشیم کی ضرورت ہوتی ہے ماں کے دودھ پینے سے یہ ضرورت پوری ہو جاتی ہے ہر قسم کے زہریلے مرض میں دودھ پینا مفید ہے دودھ پینے سے معدے کی جلن دور ہو جاتی ہے دل کو تسکین پہنچاتا ہے اگر کوئی زہر یا سنکھیا کھا لے تو اس کو دودھ دینا چاہیے اس سے جسم میں زہریلے اور فاسد مادوں کو خارج کرنے میں مدد ملتی ہے۔

پیٹ کی بیماری کا علاج

حدیث مبارک میں بیان کیا گیا ہے کہ پیٹ کی بیماری کے علاج کے ضمن میں ایک ایسا واقعہ بیان کیا گیا ہے کہ جس سے معلوم ہوتا ہے کہ اونٹنی کے دودھ میں اللہ تعالیٰ نے کس قدر

افادیت اور شفائی خواص رکھے ہیں حضرت سیدنا انس رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ عرینہ اور عکل کے کچھ لوگ حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کی خدمت اقدس میں حاضر ہوئے اسلام لانے کی خواہش کا اظہار کیا اس کے بعد کہنے لگے کہ یا رسول اللہ! (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) ہم اونٹ اور بکریوں والے ہیں اور ہم زراعت پیشہ نہیں ہیں ہماری زمینیں چارہ اور کھجوریں نہیں اگاتیں ہم شہری زندگی کے عادی نہیں ہیں مدینہ طیبہ کی آب وہوا ہمیں راس نہیں آئی ہم بیمار ہو گئے ہیں ہماری رنگت پیلی پڑ گئی ہے اور پیٹ پر ورم آ گیا ہے جس سے پیٹ بڑھ گئے ہیں اس پر حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے حکم فرمایا کہ ان کو کچھ دن کے لئے اونٹ دے دو پھر فرمایا کہ ان کا دودھ اور پیشاب پیو۔

صحت مند ہونے کے بعد وہ لوگ اسلام سے پھر گئے اور کافر ہو گئے مرتد ہونے کے بعد انہوں نے حضرت سیدنا یسار رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو پکڑ کر ان پر بے انتہاء ظلم کیا ان کی آنکھوں میں کانٹے چبھوئے اور ان کو ذبح کر کے شہید کر دیا اور اونٹوں کو چرا کر بھاگ کھڑے ہوئے جب یہ خبر حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کو ملی تو آپ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے فوری طور پر ان کے تعاقب میں حضرت سیدنا کرز بن جابر فہری رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو مسلمانوں کی ایک جماعت کے ساتھ روانہ فرمایا اور وہ ان کو پکڑ کے لے آئے حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے ان کے جرم عظیم کا یہ فیصلہ فرمایا کہ ان کی آنکھوں میں سلاخ پھیر کر دھوپ میں ڈال دیا جائے تاکہ مر جائیں ایک روایت میں ہے کہ فرمایا ان کے ہاتھوں کو بھی کاٹ دیا جائے تاکہ وہ مر جائیں اور کٹے ہوئے ہاتھ کو داغا نہ جائے تاکہ خون بند نہ ہو اور وہ ہلاک ہو جائیں۔

حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ میں نے ان میں سے ایک کو دیکھا ہے جو دانتوں سے زمین کو کاٹتا تھا یہاں تک کہ وہ مر گیا مروی ہے کہ وہ پانی مانگتے تھے مگر حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) فرماتے تمہارے لئے دوزخ کی آگ ہے اس واقعہ سے یہ نتیجہ اخذ ہوتا ہے کہ مجرموں کی آنکھوں میں سلاخ پھیرنا اور ہاتھ کاٹ کر دھوپ میں پھینک دینا اور داغنے کی ممانعت فرمانا تاکہ خون بہہ جانے سے وہ ہلاک ہو جائیں قصاص کے طریق پر تھا کیونکہ

ان لوگوں نے بھی حضور (ﷺ) کے خادم حضرت سیدنا یسار رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے ساتھ ایسا ہی کیا تھا اس واقعہ سے یہ بھی پتا چلتا ہے کہ حضور (ﷺ) نے ان لوگوں کے پیٹ کی بیماری کا علاج اونٹنی کا دودھ قرار دیا جس سے بفضل تعالیٰ ان کو شفا حاصل ہوئی اور وہ تندرست ہو گئے۔ (بخاری، مسلم، ابوداؤد، نسائی، ترمذی، ابن ماجہ شریف)

❁ تیزابیت کا خاتمہ

اگر کوئی شخص تیزاب پی لے تو اسے بھی فوری طور پر دودھ پلانا فائدہ دیتا ہے کیونکہ اس کے پینے سے تیزابیت ختم ہو جاتی ہے۔

❁ یرقان (Jaundice) اور جسمانی کمزوری کا علاج

دودھ سے بنایا گیا پنیر بھی انسانی صحت کے لئے مفید ہے یہ یرقان کے مریضوں کے لئے بہترین دوائی ہے پنیر میں یہ خاصیت پائی جاتی ہے کہ وہ بیماری کے بعد ہونے والی کمزوری کی حالت میں جسم کو توانائی پہنچاتا ہے جسم میں قوت مدافعت پیدا کرتا ہے اور اس میں اضافہ کرتا ہے۔

حضور اکرم (ﷺ) نے پنیر کو پسند فرمایا ہے ابوداؤد شریف میں حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہما سے روایت نقل ہے کہ:

"غزوۂ تبوک کے موقع پر نبی کریم (ﷺ) کی خدمت اقدس میں پنیر پیش کیا گیا آپ (ﷺ) نے چھری منگوائی اور اس کو بسم اللہ پڑھ کر کاٹا"۔

پنیر میں چکنائی اور لحمیات کافی مقدار میں موجود ہوتے ہیں جن لوگوں کے جسم میں کمزوری کی وجہ سے لحمیات کی کمی واقع ہو جائے ان کے لئے پنیر کا استعمال فائدہ مند ہوتا ہے۔

❁ دودھ سے جملہ امراض میں افاقہ

بخار کی حالت میں نیم گرم دودھ پینا فائدہ مند ہے پیٹ کے السر میں بھی دودھ کا استعمال مفید ہے دودھ پینے سے بھوک بڑھ جاتی ہے جسم سے صفراوی مادوں کا اخراج کرتا

ہے جگر کو تقویت دینے کے لئے دودھ پینا اکسیر کی حیثیت رکھتا ہے دودھ پینے سے دل کو طاقت ملتی ہے۔

حضرت سیدنا ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ حضور نبی کریم (ﷺ) کے نزدیک پینے کی چیزوں میں دودھ بہت عزیز تھا۔

علمائے کرام تحریر کرتے ہیں کہ دودھ قوت باہ بڑھاتا ہے بدن کی خشکی دور کرتا ہے اور جلدی ہضم ہو کر غذا کے قائم مقام ہو جاتا ہے چہرے کی رنگت سرخ کرتا ہے اور خراب فضلات نکالتا ہے دماغ کو قوی کرتا ہے طبیعت میں نرمی اور دماغ میں تیزی پیدا کرتا ہے دودھ کو اگر چار مغز کے ساتھ استعمال کیا جائے تو جسم کو قوی اور فربہ کرتا ہے مگر اس طرح زیادہ استعمال سے آنکھوں میں غبار اور ہمیشہ دودھ پینے سے معدے میں نفخ پیدا ہوتا ہے اور جوڑوں کے درد کو بڑھاتا ہے۔

دودھ سے بنی ہوئی دہی کی لسی فوراً ہضم ہو جاتی ہے اور جسم کو مکمل غذائیت فراہم کرتی ہے دائمی پیچش کے مریضوں کے لئے دہی کا استعمال فائدہ مند ہوتا ہے جن افراد کو بجلی کا جھٹکا لگ جائے ان کو فوری طور پر نیم گرم خالص دودھ پلانا فائدہ دیتا ہے دودھ پیٹ کی تیزابیت کو کم کرتا ہے بکری کا دودھ سل اور دق میں مفید ہے دودھ میں شہد ملا کر پینے سے چہرے کی رونق میں اضافہ ہو جاتا ہے چہرے پر تازگی اور نکھار آتا ہے استسقاء کے مرض میں دودھ پینا فائدہ مند ہے دودھ پینے سے دماغ کو تقویت ملتی ہے طاقت میں اضافہ ہوتا ہے جسم کی خشکی کو دور کرنے کے لئے دودھ کا استعمال مفید ہے جلدی امراض میں اور خشک خارش کی حالت میں دودھ فائدہ دیتا ہے السر کے مرض میں دودھ پینا مفید ہے دل اور گردوں کے امراض میں بھی دودھ کا استعمال فائدہ دیتا ہے شوگر کے مریضوں کے لئے دودھ پینا مفید ہے تپ دق (ٹی بی، پرانا بخار جو عموماً پھیپھڑوں کے خراب ہونے کی وجہ سے آتا ہے) کے مریضوں کے لئے روزانہ ایک لٹر دودھ پینا فائدہ مند ہوتا ہے۔

سنگترہ

سنگترے کا ذکر اکثر احادیث میں اترج (Citron) یعنی چکوترہ، سنگترہ) کے نام سے آیا ہے حضور (ﷺ) نے اس کی خوشبو کو عمدہ اور ذائقے کو لذیذ قرار دیا ہے دنیا کے بے شمار ممالک میں سنگتروں کی کاشت کی جاتی ہے جہاں دیگر شعبوں میں افراد نے ترقی کی ہے وہاں ذراعت کے شعبے میں بھی انسانوں نے ترقی کی منزلیں طے کی ہیں۔

سنگترا، چکوترہ، سنترہ، کینو، مالٹا، نارنگی کی وضاحت

سنگترہ کی وضاحت تو اوپر گزر چکی ہے۔ مگر کچھ سنگترے کڑوے ہوتے ہیں۔ جن کو عربی میں (نارنج) کہتے ہیں۔ اور انگریزی میں (Bitter Orange) کہتے ہیں۔ فی زمانہ سنگترے کے ساتھ آپس میں پیوند کاری کے ذریعے نئی نئی قسمیں ایجاد ہوئی ہیں جن میں کینو بھی شامل ہے جس کا ذائقہ بہت لذیذ اور میٹھا ہوتا ہے مگر اکثر کینو ترش بھی ہوتے ہیں۔ ایک پھل سنترہ، نارنگی ہے، جس کو ہم (Orange) کہتے ہیں اور عربی میں (بُرتُقال، بُرتُقَالَة) کہتے ہیں۔ فیروز اللغات میں ہے کہ" نارنگ" ایک پودا اور اس کا پھل ہے جسے سنگترہ اور رنگترہ بھی کہتے ہیں، سنگترہ، چکوترا کو بھی بڑا سنترہ کہہ دیا جاتا ہے۔ سنگترہ کی نسل کی ایک قسم، لال گودے والی نارنگی (مالٹا) جسے (Blood Orange) کہتے ہیں۔

حدیث شریف میں فقط سنگترہ یعنی اترج کا ذکر ہے، مگر اس کی تمام اقسام مراد ہوں گی، لہٰذا جو موسم میں جو میسر آئے اس سے استفادہ کیا جائے۔

احادیثِ مبارکہ کی روشنی میں

ذائقے کے اعتبار سے سنگترہ (Citron) بنیادی طور پر میٹھا ترش پھل ہے اسی لئے ایک حدیث مبارک میں ہمیں یہ ملتا ہے کہ حضرت سیدتنا عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا ایک نابینا صحابی کو سنگترے کی قاشیں شہد میں ڈبو ڈبو کر کھانے کے لئے دے رہی تھیں۔

سنگترہ بے شمار خوبیوں اور فوائد کا حامل ہے جس پھل کی تعریف حضور (ﷺ) نے

فرمائی ہو یقیناً اس کے فوائد اعلیٰ پائے کے ہوتے ہیں۔ حضرت سیدنا ابوموسیٰ اشعری رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ:

''رسول اللہ (ﷺ) نے فرمایا کہ قرآن پڑھنے والے مومن کی مثال اترجکی طرح ہے جس کی خوشبو پاک عمدہ اور ذائقہ بھی پاک اور لذیذ ہوتا ہے''۔ (بخاری شریف)

❁ سنگترہ (Citron) کی طبی افادیت

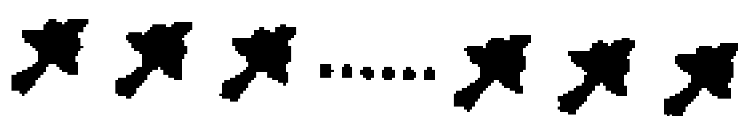
★ سنگترے کے طبی خواص کے بارے میں مسند فردوس الدیلمی میں لکھا ہوا ہے کہ اترج لاتعداد امراض سے شفا دیتا ہے یہ دل کو تقویت پہنچاتا ہے دل کو مضبوط کرتا ہے اور دل کے دورے کی شدت کو کم کرتا ہے اس کے علاوہ بھی سنگترے میں امراض کا شافی علاج پایا جاتا ہے اطباء کرام نے اپنے طویل مشاہدوں کے بعد سنگترے کے بے شمار طبی خواص بیان فرمائے ہیں۔

★ سنگترہ (Citron) کھانے سے صفراوی اسہال دور ہوجاتے ہیں قبض کی حالت میں صبح نہار منہ چند سنگترے کھالینا فائدہ کرتا ہے جسم میں اندرونی طور پر موجود ہر قسم کی سوزش اور ورم سنگترے کھانے سے ختم ہو جاتی ہے گرمی کے موسم میں ہونے والے بخار میں سنگترے کے جوس میں شہد ملا کر دینے سے افاقہ ہوتا ہے بواسیر کے مرض میں بھی سنگترے کا استعمال مفید ثابت ہوا ہے سنگترے کا چھلکا دانتوں تلے چبانے سے منہ کی بدبو دور ہو جاتی ہے پانچ منٹ تک چبانے سے پیٹ کی گندی ہوا خارج ہو جاتی ہے زمانہ قدیم سے ہی سنگترے کا چھلکا کھانوں میں دیگر مصالحہ جات کے ساتھ ڈالا جاتا ہے اس کا فائدہ یہ ہوتا ہے کہ کھانا جلد ہضم ہو جاتا ہے سنگترے کو خالص شہد کے ساتھ ملا کر کھانے سے خون کی کمی دور ہو جاتی ہے سنگترے کا چھلکا خشک کر کے کھانے سے پیٹ میں کیڑے نہیں پڑتے سینے کی جلن اور بوجھ کی کیفیت میں سنگترے کا جوس پینا فائدہ کرتا ہے۔

چہرے کے کیل مہاسے، چھائیوں، شوگر، معدے کی گرمی، گیس، متلی، اسہال، یرقان کا علاج

چہرے پر کیل مہاسوں کی وجہ سے پڑنے والی چھائیوں میں سنگترے کا تازہ چھلکا رگڑنا

فائدہ مند ہے چہرے کی رنگت کو صاف کرتا ہے اور داغ دھبے دور کرتا ہے۔
سنگترہ (Citron) مصفی خون ہوتا ہے شوگر کے مرض میں اس کا کھانا مفید ہے معدہ کی گرمی کو دور کرتا ہے بھوک کی اشتہاء کو تیز کرتا ہے سنگترے کے استعمال سے وبائی امراض کے خلاف جسم میں قوت مدافعت پیدا ہوتی ہے جن افراد کو بار بار پیاس لگتی ہو ان کے لئے سنگترہ کھانا مفید ہے یہ پیاس کو بجھاتا ہے جگر کی تپش کو دور کرتا ہے سنگترے کے گودے کو عرق گلاب اور شہد میں ملا کر رات کو فریج میں رکھ دیں صبح نہار منہ یہ ٹھنڈا آمیزہ نوش کریں اس سے جسم کو تقویت ملتی ہے جگر کی اصلاح ہوتی ہے معدہ طاقت ور ہوتا ہے طبیعت میں بے چینی اور ہیجانی کیفیت کو ختم کر کے سکون پیدا کرتا ہے چہرے کی رونق دوبالا ہو جاتی ہے۔ سنگترے کے جوس میں پانی اور شہد ملا کر گرم کریں اور سردی کے موسم میں زکام ہونے کی صورت میں نیم گرم پینے سے افاقہ حاصل ہوتا ہے گلے کی خراش بھی اس سے دور ہو جاتی ہے سنگترے کا استعمال نظام ہضم کو درست رکھتا ہے ہاضمہ کرتا ہے تبخیر معدہ کی کیفیت کو دور کرتا ہے سنگترے کا چھلکا خشک کر کے پیس لیں پھر اس میں خالص شہد ملا کر درد قولنج (بڑی انتڑی کا درد) کے مرض میں چاٹنا فائدہ مند ہوتا ہے اس کے کھانے سے پیٹ کی گیس خارج ہو جاتی ہے سنگترے (Citron) کا جوس یرقان (Jaundice) کے مرض میں فائدہ دیتا ہے حاملہ عورتوں میں متلی اور قے کی کیفیت کو دور کرتا ہے سنگترے میں چونکہ وٹامن سی ہوتا ہے اس لئے ایسے مریض جن میں وٹامن سی کی کمی ہو ان کیلئے سنگترہ کھانا بہت ہی مفید ہے سنگترہ اسہال کے مرض میں مفید ہے آنتوں کی سوزش میں سنگترے کھانے سے فائدہ ہوتا ہے سنگترے کے چھلکے کا عرق یا جوس نکال کر اس میں زیتون کا تیل شامل کریں اور خوب اچھی طرح مکس کر کے چنبل کے داغوں پر لگانے سے فائدہ ہوتا ہے۔ گٹھیا کے مرض میں بھی یہ تیل فائدہ مند ہے اور جوڑوں پر مالش کرنے سے درد ختم ہو جاتا ہے۔



سرکہ

سرکہ کو عربی زبان میں (خَلّ) اور انگریزی میں (vinegar) کہتے ہیں۔ سرکہ کا استعمال زمانہ قدیم سے ہی چلا آرہا ہے موجود دور میں بھی گھرانوں کی اکثریت اپنے دستر خوان کی زینت بنانے میں دیگر پکوان کے ساتھ ساتھ سرکہ بھی پیش کرتی ہے سرکہ مختلف قسم کے پھلوں اور اجناس سے بنایا جاتا ہے بہترین سرکہ وہ ہے جو خالص اشیاء سے بنایا گیا ہو عام طور پر بازار میں ملنے والا سرکہ خالص نہیں ہوتا بلکہ وہ مصنوعی طور پر ایسڈ وغیرہ سے تیار کیا جاتا ہے پھلوں سے بنایا ہوا سرکہ کم ہی ملتا ہے اس لئے ہمارے ہاں اکثر گھریلو خواتین گھر میں ہی سرکہ تیار کر لیتی ہیں جو بہت اعلیٰ ہوتا ہے۔

کسی بھی نشاستہ والے محلول یا مٹھاس میں خمیر ملا کر اس میں خمیر اٹھاتے ہیں جس سے سرکہ تیار ہو جاتا ہے سرکہ غذا اور دوا دونوں کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے اور یقیناً اس کے خوشگوار اثرات جسم انسانی پر مرتب ہوتے ہیں۔

احادیث مبارکہ کی روشنی میں

ہمارے پیارے نبی (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے سرکہ کو پسند فرمایا ہے اور سرکہ کی تعریف بھی فرمائی ہے آپ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کے دستر خوان پر جب سرکہ پیش کیا جاتا تھا تو خوشی محسوس کرتے تھے اکثر احادیث مبارکہ میں سرکہ کا تذکرہ ملتا ہے چنانچہ حضرت سیدتنا ام ہانی رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے مروی ہے فرماتی ہیں کہ:

"ایک مرتبہ حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) ہمارے گھر تشریف لائے اور دریافت فرمایا کہ کیا تمہارے پاس کچھ کھانے کو ہے میں نے کہا نہیں! ہاں البتہ باسی روٹی اور سرکہ ہے۔ فرمایا کہ اس کو لے آؤ وہ گھر غریب نہ ہوگا کبھی بھی جس میں سرکہ موجود ہے"۔ (ترمذی شریف)

بہترین سالن

تقریباً اسی طرح کی ملتی جلتی روایت حضرت سیدتنا ام سعد رضی اللہ تعالیٰ عنہا کے

حوالے سے ہے آپ فرماتی ہیں کہ:

''میں حضرت سیدتنا عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کے حجرہ مبارک میں موجود تھی کہ حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) تشریف لائے اور حضرت سیدتنا عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے فرمایا کہ'' کیا تمہارے پاس کچھ کھانے کے لئے ہے انہوں نے کہا کہ ہمارے پاس روٹی کھجور اور سرکہ ہے پس رسول اللہ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے فرمایا کہ سرکہ بہترین سالن ہے اے اللہ! عزوجل تو سرکہ میں برکت ڈال دے کہ یہ مجھ سے پہلے انبیاء کرام کا سالن تھا اور وہ گھر غریب نہ ہوگا جس میں سرکہ موجود ہے''۔ (ابن ماجہ شریف)

✿ عمدہ سالن

حضرت سیدنا جابر بن عبد اللہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے فرماتے ہیں کہ نبی کریم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے اپنے گھر سالن طلب فرمایا گھر کے لوگوں نے کہا کہ سرکہ کے علاوہ کچھ نہیں ہے آپ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے اسے منگوایا اور اس کو کھانے لگے اور فرماتے رہے کہ بہترین سالن سرکہ ہے کیا ہی عمدہ سالن سرکہ ہے۔ (صحیح مسلم شریف)

✿ سرکہ کی طبی افادیت

✖ سرکہ سالن کے طور پر بھی استعمال میں لانا سنت نبوی (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) میں شمار کیا جاتا ہے حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے سرکہ کو پسند فرمایا ہے سرکہ سے بے شمار غذائی اور طبی فوائد انسانی جسم کو حاصل ہوتے ہیں اطباء کرام نے سرکہ کی طبی افادیت کا تذکرہ جا بجا کیا ہے جس سے معلوم ہوتا ہے کہ سرکہ جسم انسانی کے اندرونی اور بیرونی امراض میں بے حد مفید ہے۔

امراضِ پیٹ، یرقان (Jaundice)، خون کی کمی، امراضِ تلی، مسوڑھوں، دانتوں کا علاج

سرکہ کا استعمال پیٹ کے امراض میں بھی مفید ہے یہ پیٹ سے سدے نکال دیتا ہے خون کے جریان میں سرکہ پینا مرض میں افاقہ کرتا ہے حیض کی کمی اور شدید درد ہونے کی

صورت میں سرکہ میں شہد ملا کر پینے سے فائدہ ہوتا ہے یرقان اور خون کی کمی والے افراد اگر سرکہ میں پکایا ہوا گوشت کھائیں تو ان کو فائدہ ہوگا یہ گوشت بھوک کی کمی کو بھی دور کرتا ہے بھوک بڑھاتا ہے اور معدے کی گرمی کو دور کرتا ہے جس سے خوب بھوک لگتی ہے سرکہ پینے سے پھیپھڑوں سے اور اندرونی طور پر نکلنے والا خون بند ہو جاتا ہے اور سینے پر بوجھ کی کیفیت دور ہو جاتی ہے پیٹ کے کیڑے مارنے کے لئے منقیٰ کو سرکہ میں ملا کر صبح نہار منہ کھانے سے فائدہ ہوتا ہے بڑھی ہوئی تلی کے مرض میں انجیر کو چند روز تک سرکہ میں بھگو کر رکھنے کے بعد مریض کو کھلانے سے مرض میں شفا حاصل ہوتی ہے تلی کے ہر امراض کے لئے سرکہ اکسیر کی حیثیت رکھتا ہے سرکہ کے استعمال سے بڑھی ہوئی تلی درست ہو جاتی ہے۔ جن افراد کو جوئیں پڑی ہوں وہ اپنا سر سرکہ سے دھوئیں تو جوئیں مر جائیں گی۔

مسوڑھوں اور دانتوں کے شدید درد میں بھی نیم گرم پانی میں سرکہ اور نمک ملا کر منہ بھر کے کلیاں کرنا فائدہ دیتا ہے اس سے درد ختم ہو جاتا ہے شدید بخار کی حالت میں جسم کی تپش اور حرارت کو کم کرنے کے لئے تازہ اور ٹھنڈے پانی میں سرکہ ملا کر کپڑا اس پانی میں بھگو کر مریض کے جسم پر پھیرنے سے بخار کی شدت کم ہو جاتی ہے ہر قسم کی بیرونی خارش اور دانوں پر خالص سرکہ میں کپڑا بھگو کر پھیرنا فائدہ دیتا ہے۔ جلی ہوئی جلد پر عرق گلاب میں سرکہ ملا کر لگانا فائدہ دیتا ہے سرکہ بنیادی طور پر ٹھنڈی اور گرم دونوں تاثیر رکھتا ہے منہ کی بدبو اور گندگی دور کرنے کے لئے نیم گرم سرکہ میں نمک ملا کر پینے سے منہ کی بدبو اور غلاظت دور ہو جاتی ہے سخت گرمی کے موسم میں سرکہ ٹھنڈا کر کے پینے سے جسم کی اضافی گرمی زائل ہو جاتی ہے بے چینی گھبراہٹ کا خاتمہ ہو جاتا ہے طبیعت میں بشاشت اور سکون پیدا ہوتا ہے زیادہ گرمی محسوس نہیں ہوتی سینے میں بوجھ اور طبیعت میں ہیجانی کیفیت کی صورت میں نیم گرم سرکہ میں نمک ملا کر پینا فائدہ دیتا ہے اس سے سینے کی جلن اور بوجھ دور ہو جاتا ہے گلے کی سوزش میں مفید ہے ہر قسم کی بلغمی رکاوٹوں کو دور کرتا ہے اور حلق کی اندرونی صفائی کرتا ہے۔

کمزور جسم، مثانے کی پتھری، ہیضہ، زہریلے اثر، پٹھوں کی اکڑاہٹ کا علاج

لاغر اور کمزور جسم والے افراد سرکہ میں گوشت پکا کر کھائیں تو ان کی توانائی میں اضافہ ہوگا اور کمزوری جاتی رہے گی ناشپاتی سے تیار کیا ہوا سرکہ جسم کو تقویت دیتا ہے اسی طرح سیب سے تیار کردہ سرکہ بھی جسمانی توانائی کے لئے فائدہ مند ہے معدہ کو طاقت دینے اور مثانے کی پتھری ختم کرنے کے لئے پیاز سے بنایا ہوا سرکہ انتہائی مفید ہے جن افراد کے دانت ہلتے ہوں ان کے مسوڑھے مضبوط ہو جائیں گے اور دانت ہلنا بند ہو جائیں گے مسوڑھوں کی سوزش اور ورم جاتا رہے گا ہیضہ کے موسم میں پیاز کا سرکہ استعمال کرنے سے ہیضہ کے مرض سے بچاؤ ہو جاتا ہے اور جو افراد ہیضہ میں مبتلا ہو جائیں ان کے لئے بھی یہ سرکہ فائدہ دیتا ہے ہر قسم کے زہریلے امراض میں سرکہ کا استعمال مفید ثابت ہوا ہے۔

★ شدید گرمی کی حالت میں لو لگ جانے کا خطرہ ہوتا ہے اس سے محفوظ رہنے کے لئے سرکہ میں نمک اور تھوڑا سا پانی ملا کر پینے سے فائدہ ہوتا ہے جن افراد کو بار بار پیاس لگتی ہے زبان خشک ہو جاتی ہے ایسی کیفیت میں پیاس کی شدت کم کرنے کے لئے پانی میں نمک اور سرکہ ملا کر پینے سے دل کو سکون ملتا ہے اور گرمی کی حدت جسم میں کم ہو جاتی ہے اطباء کرام کا کہنا ہے کہ اکثر غذائیں دیر سے ہضم ہوتی ہیں اگر ان غذاؤں کے ساتھ سرکہ بھی کھانے میں شامل کر لیا جائے تو غذائیں بہت جلد ہضم ہو کر جسم کا حصہ بن جاتی ہیں ہر طرح کے نشے کو زائل کرنے کے لئے فوری طور پر سرکہ پی لیا جائے تو فائدہ ہوتا ہے۔

★ سرکہ کا بیرونی استعمال بھی فائدہ دیتا ہے جوڑوں کے درد میں سرکہ کے ساتھ میٹھا تیل ملا کر متاثرہ حصوں پر مالش کر کے افاقہ حاصل کیا جا سکتا ہے مسوڑھوں کی درد میں خالص سرکہ مسوڑھوں پر ملنے سے آرام آتا ہے مسوڑھوں میں پیپ اور خون نکلنے سے روکتا ہے اس سے پائیوریا (PHYORRHEA) (دانتوں کا ایسا مرض جس میں مسوڑھوں سے بدبودار پیپ نکلتی ہے، جس کی وجہ سے منہ میں سخت بدبو پیدا ہو جاتی ہے) کے مرض

میں شفا حاصل ہوتی ہے اگر کسی کو بچھو یا کوئی زہریلا کیڑا کاٹ لے تو فوری طور پر متاثرہ حصے پر خالص سرکہ لگانے سے زہر کا اثر زائل ہو جاتا ہے اور درد سے آرام آ جاتا ہے بازاری قسم کے مصنوعی سرکہ میں خالص سرکہ کے فوائد نہیں ہوتے اس لئے گھر میں ہمیشہ اچھی قسم کا اور خالص سرکہ رکھنا چاہیے تاکہ اس سے وہ مطلوبہ فوائد حاصل کئے جاسکیں جو اطباء نے بیان کئے ہیں پٹھوں کی اکڑاہٹ اور درد کی صورت میں حب الرشاد اور سرکہ کو خوب گرم کر کے نیم گرم کرلیں پھر اس میں زیتون کا تیل ملا کر پٹھوں پر مالش کریں اس سے پٹھوں کی اکڑاہٹ کھچاؤ اور درد دور ہو جائے گا اور تکلیف سے آرام آجائے گا خناق اور گلے کی سوزش میں نیم گرم پانی میں سرکہ اور نمک ملا کر غرغرے کرنے سے فائدہ ہوتا ہے۔

❁ ...... کاسنی ...... ❁

کاسنی ایک پودا ہے جس کے پھول ہلکے جامنی رنگ کے ہوتے ہیں، اس کے پتے بہت زیادہ فائدہ مند ہیں۔ کیونکہ جن غذاؤں کی تعریف اور افادیت کا بیان اللہ کے پیارے رسول (ﷺ) نے فرمایا ہے ان میں کاسنی کا شمار بھی ہوتا ہے۔ اسے عربی میں (اَلْھِنْدَبَاءُ) اور انگریزی (Endive) کہتے ہیں۔ دوسرے ممالک کی طرح برصغیر پاک و ہند میں بھی کاسنی کی کاشت کی جاتی ہے اس کو ویسے بھی کھایا جاتا ہے شربت بنا کر بھی استعمال میں لایا جاتا ہے اس سے عرق بھی نکال کر پینے میں استعمال کرتے ہیں۔

❁ احادیثِ مبارکہ کی روشنی میں

حضور (ﷺ) نے اکثر احادیث میں کاسنی کی تعریف فرمائی ہے حضرت سیدنا عبد اللہ بن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہما روایت فرماتے ہیں کہ رسول اللہ (ﷺ) نے فرمایا کہ تمہارے لئے کاسنی موجود ہے اس لئے کہ

مَا مِنْ وَرَقَةٍ مِنْ وَرَقِ الْھِنْدَبَاءِ إِلَّا وَعَلَيْهَا قَطْرَةٌ مِنَ الْجَنَّةِ

کاسنی کے پتوں میں سے کوئی پتا ایسا نہیں ہے جس پر جنت کے پانی کے قطرے نہ

گزرتے ہوں''۔(ابونعیم)

تقریباً انہی الفاظ اور اسی مطلب کی دیگر احادیث بھی مختلف روایتوں کے ساتھ کتب میں موجود ہیں حضور (ﷺ) کا یہ فرمانا کہ

كُلُوا الْهِنْدَبَاءَ وَلَا تَنْفُضُوهُ فَإِنَّهُ لَيْسَ يَوْمٌ مِنَ الْأَيَّامِ إِلَّا وَقَطَرَاتٌ مِنَ الْجَنَّةِ تَقْطُرُ عَلَيْهِ.

کاسنی کو استعمال کرو اور اسے ترک مت کرو، کیونکہ کوئی دن ایسا نہیں گزرتا جب اس پر جنت کے پانی کے قطرے نہ گرتے ہوں۔(طب نبوی، ج ۱ص ۳۱۴)

یہ بہت بڑی بات ہے اس سے معلوم ہوا کہ جنت کے پانی کے قطرے میں جتنے فوائد اور برکات موجود ہیں وہ تمام فوائد اس کاسنی میں موجود ہیں کیونکہ وہ غذا جس پر جنت کے پانی کے قطرے گریں کسی بھی طرح انسانی جسم کے لئے ضرر رساں نہیں ہوسکتی اور اس کے استعمال سے فائدے ہی فائدے ہوتے ہیں بلکہ بے شمار قسم کے امراض اس کے استعمال سے دور ہوسکتے ہیں حضور (ﷺ) کی حدیث مبارک کے اس فرمان سے یہ بھی معلوم ہوتا ہے کہ گویا کوزے میں دریا بند کر دیا گیا ہو یعنی اس کاسنی کے کھانے سے شفا ہی شفا ہے جنت کے پانی کے قطرے صرف شفا دیتے ہیں اور ان سے مَس ہونے والی غذا کی اہمیت اور بھی بڑھ جاتی ہے گویا تمام بیماریوں کا علاج اس میں چھپا ہوا ہے اور یہ بات اس طرح بھی درست ثابت ہوتی ہے کہ ہمارے قدیم اور جدید ماہرین طب نے اس کا استعمال بے شمار امراض میں کیا اور کاسنی کو بہترین غذا اور دوا کے طور پر پایا۔

❂ کاسنی کی طبی افادیت

کاسنی کی اہمیت اور افادیت تو اسی وقت بڑھ گئی تھی جب ہمارے پیارے نبی (ﷺ) نے اس کے بارے میں فرمادیا تھا اس کی پوشیدہ افادیت کو اجاگر کرنے کے لئے اطباء نے جو تجربات کئے ان کی روشنی میں یہ نتیجہ اخذ کیا گیا کہ کاسنی بے شمار فوائد کی حامل انسانی جسم کے لئے بہترین غذا ہے کاسنی کا استعمال دنیا کے بیشتر ممالک کے اطباء

زمانہ قدیم سے ہی کرتے چلے آرہے ہیں مغرب کے ممالک میں بھی اس کا استعمال عام ہوتا جارہا ہے اور وہاں کاسنی کے پتوں سے بے شمار دوائیں اور شربت تیار کیے جاتے ہیں جن کی انسانی جسم کو ضرورت ہوتی ہے کاسنی کے بے شمار روحانی اثرات کا بھی پتا چلتا ہے۔ مثلاً

❀ سحر اور زہر سے نجات

ایک مرفوع حدیث میں ہے:

مَنْ أَكَلَ الْهِنْدَبَاءَ ثُمَّ نَامَ عَلَيْهَا لَمْ يَحُلَّ فِيهِ سُمٌّ وَلَا سِحْرٌ .

''جس نے کاسنی کھائی اور پھر وہ سو گیا اس پر سحر اور زہر بھی اثر نہیں کرتے''۔

(طب نبوی، ج ۱ ص ۳۱۴)

اس سے معلوم ہوا کہ کاسنی طبی اثرات کے ساتھ ساتھ روحانی اثرات کی بھی حامل ہے کاسنی کے تازہ پتے بطور سلاد بھی کھانے کے ساتھ استعمال میں لائے جاسکتے ہیں مگر یہ ان علاقے کے لوگوں کی سہولت ہے جہاں پر کاسنی کی کاشت ہوتی ہے یا جہاں بآسانی تازہ کاسنی دستیاب ہو جاتی ہے۔

جگر، مثانے کی نالیوں کی رکاوٹ، پیٹ کی سوزش، دائمی سر درد، مالیخولیا، بلغم، کھانسی کا علاج

جگر کی نالیوں میں موجود ہر قسم کی رکاوٹ کاسنی کے استعمال سے دور ہو جاتی ہے اس مرض میں کاسنی کے پتوں کا عرق بہت فائدہ دیتا ہے کاسنی کی جڑیں باریک پیس کر سفوف کی شکل میں بنا کر بچھو کے کاٹے ہوئے حصے پر لگانے سے افاقہ ہوتا ہے پیٹ کی سوزش میں بھی کاسنی کا استعمال فائدہ مند ہے اگر اس کے شربت کو جو کے ساتھ ملا کر استعمال کیا جائے تو زیادہ مفید ثابت ہوتا ہے۔

اس کا استعمال پیشاب کی نالیوں میں پائی جانے والی رکاوٹوں کو دور کرتا ہے مثانے کی گرمی اس سے دور ہو جاتی ہے مثانے میں ہونے والا درد ختم ہو جاتا ہے اس کے استعمال سے پیشاب کے ساتھ آنے والا خون بند ہو جاتا ہے اور پیشاب مکمل کر ٹھیک طریقے سے درست

حالت میں آتا ہے۔دائمی سر درد کے مریضوں کے لئے کاسنی کا استعمال بہت فائدہ دیتا ہے اعصاب کو قوت پہنچاتی ہے ناطاقتی اور تھکاوٹ کی علامتوں میں اس کا شربت بنا کر پینا جسم میں توانائی اور چستی پیدا کرتا ہے بے چینی اور مالیخولیا (ایک قسم کا جنون، پاگل پن) کی کیفیت میں اس کا استعمال فائدہ کرتا ہے جگر کے مرض میں بھی اس کا استعمال فائدہ دیتا ہے جگر کی گرمی دور کر کے ٹھنڈک پہنچاتا ہے کھانسی کی حالت میں کاسنی بہت مفید ثابت ہوئی ہے گلے کی خراش کو دور کرتی ہے جمے ہوئے بلغم کو نکالتی ہے جس سے کھانسی دور ہو جاتی ہے۔

بدہضمی، معدے، جسم کی گرمی، امراض نسواں، خون کی شریانوں، حلق کی سوزش، یرقان، بے خوابی، زہر کا علاج

اس کے استعمال سے بدہضمی کی کیفیت دور ہو جاتی ہے نظام ہضم کو درست کرتی ہے جس سے غذا جلد ہضم ہو جاتی ہے۔کاسنی کے استعمال سے پتہ میں موجود تیزابی اور گندے مادے جلد خارج ہو جاتے ہیں اس کا زیادہ استعمال پیشاب میں اضافے کا باعث بنتا ہے کاسنی پیشاب آور بھی ہے بار بار پیاس لگنے کی کیفیت میں کاسنی کا استعمال انتہائی فائدہ مند ہے یہ روح کو تسکین پہنچاتی ہے معدے کی گرمی کو دور کرتی ہے کاسنی کے پتوں کا جوشاندہ امراض نسواں کی بعض بیماریوں میں فائدہ دیتا ہے حیض کی رکاوٹ کو دور کرتا ہے۔کاسنی کی جڑوں کا جوشاندہ معدے کے امراض میں فائدہ دیتا ہے اس کے پتوں کا جوشاندہ نمک ڈال کر غرغرے کیے جائیں تو حلق کی سوزش ختم ہو جاتی ہے کاسنی کا استعمال دوران خون کو درست رکھتا ہے خون کی شریانوں میں موجود رکاوٹ کو دور کرتا ہے یرقان (Jaundice) کے مریضوں کے لئے کاسنی کے پتوں کا عرق بہت فائدہ مند ہے اگر کسی کو بچھو کاٹ جائے تو فوری طور پر کاسنی کے پتے متاثرہ مقام پر رگڑنے یا پتوں کا رس لگانے سے زہر کا اثر زائل ہو جاتا ہے کاسنی کے بیج پیس کر اس کے سفوف کو پانی میں ابال کر عرق تیار کریں اور اس عرق کو کاسنی یا بنفشہ کے شربت کے ساتھ ملا کر پینے سے بے خوابی کی کیفیت دور ہو جاتی ہے نیند کی حالت میں بڑبڑانے کی کیفیت بھی اس کے استعمال سے ختم ہو جاتی ہے۔

دمہ، بھوک نہ لگنا، پیٹ کے امراض، سوجن، کمزوری کا علاج

کاسنی جگر کی اصلاح کرتی ہے دمے کے مریضوں کے لئے کاسنی کا جوشاندہ بنا کر پینا فائدہ دیتا ہے جن افراد کو بھوک کم لگتی ہو ان کے لئے کاسنی کے پتوں کا شربت بنا کر پینا بھوک کی کمی کو دور کرتا ہے اس کے مسلسل استعمال سے بھوک لگتی ہے کاسنی کے پتوں کا عرق معدے کی سوزش کو دور کر دیتا ہے گردوں میں موجود سوزش بھی اس کے استعمال سے دور ہو جاتی ہے کاسنی کا استعمال پیٹ کے امراض میں بھی فائدہ دیتا ہے اس کے پتے بہت فائدہ دیتے ہیں قبض کو دور کرتے ہیں کاسنی کے پتوں کا رس اگر آنکھوں میں موتیا اتر آنے کے بعد ڈالیں تو مرض سے افاقہ ہوگا استسقاء کے مرض میں مبتلا افراد کے لئے کاسنی کے پتوں کا شربت فائدہ دیتا ہے۔ کاسنی کے پتے جسم کے ان حصوں پر باندھنے سے جن پر ورم اور سوجن پیدا ہو گئی ہو انتہائی مفید ہے کئی بار باندھنے سے سوجن دور ہو جاتی ہے اور متاثرہ جلد اپنی اصلی حالت پر آجاتی ہے کاسنی کے پتوں کا شربت، شربتِ بزوری کے ساتھ ملا کر پینے سے پیچش کی بیماری میں فائدہ ہوتا ہے شدید قسم کی پیچش کی حالت میں اور خونی پیچش میں بھی استعمال انتہائی مفید ہے یہ شربت پینے سے خون کے دست رک جاتے ہیں۔

❁ جو افراد جوڑوں کی سوجن میں مبتلا ہوں ان کو چاہیے کہ وہ کاسنی کے پتے باریک پیس کر مرہم بنائیں اور متاثرہ جسم کے حصوں پر لگائیں اس سے ان کو بہت فائدہ ہوگا اور سوجن آہستہ آہستہ جاتی رہے گی اسہال کے مرض میں کاسنی کا استعمال فائدہ دیتا ہے۔ معدہ پر دباؤ کی حالت میں کاسنی کا استعمال فائدہ دیتا ہے ہر قسم کے بخاروں کی حالت میں اس کا استعمال فائدہ مند ہے کمزور جسم کے افراد اس کا مسلسل استعمال کریں تو ان کے جسم میں توانائی پیدا ہو کاسنی کے پتوں کا سفوف مغز تربوز کے ساتھ ملا کر استعمال میں لایا جائے تو گردے کے مرض میں مفید ثابت ہوتا ہے اس سے گردے میں موجود پتھری جلد خارج ہو جاتی ہے۔

...... کلونجی ......

حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کی پسندیدہ غذاؤں میں کلونجی کا شمار بھی ہوتا ہے آپ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے اپنی پسندیدہ غذاؤں میں کلونجی کو انسانی صحت کے لئے بہترین طبی افادیت کا مظہر قرار دیا ہے اس کی شفائی حیثیت مسلمہ ہے اس لئے کہ جس غذا کی تعریف حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے فرمائیں وہ بے شمار فوائد کی حامل ہوتی ہیں۔

کلونجی کی کاشت، مزاج اور خوراک

کلونجی کی کاشت دنیا کے مختلف ممالک کے علاوہ پاکستان میں بھی کی جاتی ہے اس کی کاشت گندم کے ساتھ ہوتی ہے اور یہ گندم کے ساتھ پکتی ہے پاکستان کے میدانی علاقوں ملتان بہاولپور اور سندھ میں اس کی کاشت آسانی کے ساتھ کی جاتی ہے کلونجی کا مزاج گرم خشک ہوتا ہے اس کا مزاج گرم خشک ہونے کی وجہ سے اس کا استعمال تین گرام سے زیادہ مقدار ایک خوراک میں نہیں کرنا چاہیے اور اسے کسی چیز کے ساتھ ملا کر کھانا چاہیے خاص طور پر حاملہ خواتین کلونجی یا روغن کلونجی استعمال نہ کریں کلونجی کا استعمال سالن میں کرنے سے سالن کا ذائقہ مزیدار اور خوشبودار ہو جاتا ہے عام طور پر مختلف قسم کے اچار بناتے ہوئے کلونجی کا استعمال کیا جاتا ہے۔

احادیثِ مبارکہ کی روشنی میں کلونجی کی افادیت

احادیث مبارکہ کی روشنی میں ثابت ہوتا ہے کہ کلونجی ایک ایسی غذا ہے جس کا استعمال بہت ہی فائدہ مند ہے تمام بیماریوں کا اس سے شافی علاج کیا جاتا ہے حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے کلونجی کی تعریف فرمائی ہے۔

حضرت سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ایک حدیث مبارکہ میں تاجدارِ کائنات (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے کلونجی کے استعمال کی طبی اہمیت بیان کرتے ہوئے فرمایا:

"علیکم بھذہ الحبۃ السوداء، فان فیھا شفاءٌ من کلِّ داءٍ الا السّام

والسّام الموت"۔ (ترمذی، الجامع الصحیح، ۴:۳۸۵، ابواب الطب، رقم: ۲۰۴۱،)

ترجمہ:۔"اس سیاہ دانے (کلونجی) کو لازماً استعمال کرو اس میں موت کے علاوہ ہر بیماری سے شفاء ہے"۔

ہر بیماری کا علاج

حضرت سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے فرماتے ہیں کہ میں نے سیدنا (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کو یہ فرماتے ہوئے سنا کہ آپ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے فرمایا کہ:

"کالے دانے (کلونجی) میں ہر بیماری سے شفا ہے سوائے موت کے"۔

(بخاری، مسلم، ابن ماجہ شریف)

ہر مرض کے لئے شفا

حضرت سیدنا خالد بن سعد رضی اللہ تعالیٰ عنہ بیان فرماتے ہیں کہ میں غالب بن الجبر کے ہمراہ سفر میں تھا وہ راستہ میں بیمار ہو گئے ہماری ملاقات کو ابن ابی عتیق (حضرت سیدتنا عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کے بھتیجے) تشریف لائے مریض کی حالت دیکھ کر فرمایا کہ پانچ یا سات دانے کلونجی کے لے کر ان کو پیس لو پھر انہیں زیتون کے تیل میں چند قطرے ناک کے دونوں اطراف میں ڈالو کیونکہ مجھے حضرت سیدتنا عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے بتایا ہے کہ حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) فرماتے تھے کہ ان کالے دانوں (کلونجی) میں ہر بیماری سے شفا ہے مگر سام سے۔ میں نے پوچھا کہ سام کیا ہے؟ انہوں نے کہا "موت"۔

(بخاری وابن ماجہ شریف)

اس حدیث پاک کی شرح میں علامہ ابن حجر عسقلانی رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ تحریر کرتے ہیں کہ اطباء نے زکام کے علاج میں جس میں بکثرت چھینکیں آتی ہیں وہ کہتے ہیں کہ کلونجی کو تیل میں پیس لیں پھر اسکے قطرے ناک کے اندر ڈالیں دائیں نتھنے میں دو قطرے اور بائیں نتھنے میں ایک قطرہ بعض امراض میں منفرد استعمال ہوتی ہے اور بعض امراض میں کلونجی دیگر اشیاء کے مرکب کے ساتھ استعمال ہوتی ہے بعض اوقات پیس کر اور بعض مرتبہ

سالم اور بعض اوقات اسے شربت کے ساتھ کھایا جاتا ہے اور بعض دفعہ سعوط اور لیپ کیا جاتا ہے علامہ ابن حجر عسقلانی علیہ الرحمۃ فرماتے ہیں کہ حدیث نبوی میں جو کہا گیا ہے کہ کلونجی موت کے علاوہ ہر مرض کیلئے شفا ہے اس کا مطلب یہ ہے کہ کلونجی اور نمک کو ملا کر استعمال کیا جاتا تھا۔ (فتح الباری)

❁ بہترین علاج

حضرت سیدنا ابن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہما فرماتے ہیں کہ حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے فرمایا کہ:

"جن چیزوں کے ساتھ علاج کیا جاتا ہے ان میں بہتر سینگی لگوانا، قسط اور کلونجی ہے"۔ (ابو نعیم)

❁ موت کے سوا ہر بیماری کا علاج

حضرت سیدنا بریدہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے فرماتے ہیں کہ:

"کلونجی علاج ہے ہر بیماری کا سوائے موت کے"۔ (اخرجہ ابن سنی، مسند احمد)

❁ کلونجی غذا بھی شفا بھی

چونکہ حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے کلونجی کے بارے میں یہ فرمایا کہ اس میں ہر مرض کے لئے شفا موجود ہے سوائے موت کے گویا اس حقیقت سے آگاہ فرما دیا ہے کہ ہر بیماری میں چاہے وہ کسی بھی طرح کی ہو اس میں کلونجی کے بیجوں کو اس کی طبی تاثیرات کے مطابق استعمال کیا جائے تو مرض سے افاقہ ہوتا ہے اس سے یہ بھی معلوم ہوا کہ کلونجی کو مختلف اقسام کے نسخہ جات میں شامل کر کے اطباء کرام کے مشورے سے استعمال میں لایا جائے تو جسم کی اندرونی اور بیرونی بیماریوں سے یقیناً شفا حاصل ہوتی ہے کلونجی کی خاصیت و افادیت کو حدیث پاک کی روشنی میں مدنظر رکھتے ہوئے یہ بات کہی جا سکتی ہے کہ کوئی بیماری ایسی نہیں کہ جس کا شافی علاج کلونجی سے ممکن نہیں ہو بلاشبہ ہر مرض میں کلونجی کے استعمال سے شفا حاصل ہوتی ہے حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کے فرمان پر عمل کرتے ہوئے اطباء کرام نے ہر بیماری کا کلونجی سے شافی علاج کیا ہے۔

✿ دماغی امراض سے بچاؤ

حضرت سیدنا قتادہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ اگر کلونجی کے اکیس دانے کپڑے کی پوٹلی میں باندھ کر پانی میں جوش دے کر دائیں نتھنے میں دو قطرے اور بائیں میں ایک قطرہ ٹپکائے یہ عمل تین روز تک کرنے سے انسان دماغی امراض سے محفوظ رہتا ہے۔

✿ بند ناک کھل جائے

اطباء جدید کے مشاہدات کے مطابق جن افراد کو سردی کی وجہ سے سو کر اٹھتے ہی چھینکیں آنی شروع ہو جاتی ہیں تو وہ ان کے لئے بڑی پریشانی کا باعث ہوتا ہے ان کی ناک بند ہو جاتی ہے اور اکثر زکام کی سی کیفیت پیدا ہو جاتی ہے ایسے میں باریک کپڑے کی پوٹلی میں کلونجی کو توے پر گرم کر کے باندھیں اور ناک کے آگے نیم گرم حالت میں اس پوٹلی سے ہلکی ہلکی ٹکور کریں تو تھوڑی دیر کے بعد ناک کھل جاتی ہے اور زکام کی کیفیت بھی ختم ہو جاتی ہے۔

✿ نسیان کا علاج

کلونجی کا استعمال مرضِ نسیان کو دور کرتا ہے یادداشت کو تیز کرتا ہے اس سے حافظہ بھی تیز ہو جاتا ہے یادداشت بہتر ہو جاتی ہے اگر اس کے چند دانے نہار منہ کھا لئے جائیں تو بھول جانے کی کیفیت رفتہ رفتہ دور ہو جاتی ہے حافظہ درست ہو جاتا ہے دماغی حالت بہتر ہو جاتی ہے حفاظِ کرام کے لئے اس کا استعمال بہت ہی فائدہ مند ہے کیونکہ یہ حافظے کو جلا بخشتی ہے۔

✿ بواسیر کے لئے مفید

بواسیر کے مرض میں بھی اس کا استعمال مفید ہے سرکہ میں کلونجی پیس کر ملائیں اور متاثرہ حصہ پر لگائیں اس سے مسے جھڑ جاتے ہیں اگر کلونجی باریک پیس کر پانی میں جوش دے کر ٹھنڈا کر کے اس کو پئیں تو بواسیر کا مرض دور ہو جاتا ہے اس کا استعمال نظام ہضم کو بھی درست رکھتا ہے بدہضمی کی حالت میں فائدہ مند ہے۔

❁ پیٹ کے امراض میں

اطباء قدیم میں سے حکیم جالینوس کا کہنا ہے کہ کلونجی پیٹ کے امراض میں بہت فائدہ مند ہے یہ ریح، بادی، گیس اور نفخ کو ختم کرتی ہے اور اس کے کھانے سے پیٹ کے کیڑے مرجاتے ہیں۔

❁ پتھری کا اخراج

گردے اور مثانے میں پتھری کی صورت میں کلونجی، سفید زیرہ، لہسن، حَرمَل (اسپند، ایک جنگلی پودا، African rue) باہم وزن لے کر باریک پیس لیں اس میں شہد شامل کر کے معجون بنالیں ایک چھوٹا چمچ صبح نہار منہ مریض کو کھلائیں ان شاء اللہ تعالیٰ شفاء حاصل ہوگی۔

❁ بھوک بڑھانے کے لئے

کلونجی باریک پیس کر رکھ لیں ایک کپ ٹھنڈے پانی میں چند قطرے سرکہ ڈالیں اور ایک چمچ کلونجی کے سفوف کو کھا کر اوپر سے کپ والا پانی پی لیں کھانا کھانے سے دس منٹ پہلے استعمال کریں ان شاء اللہ تعالیٰ بھوک میں خوب اضافہ ہوگا۔

❁ موٹاپا دور کرنا

1/4 کپ لیموں کے رس میں پانچ قطرے روغن کلونجی ملا کر دن میں تین مرتبہ روزانہ بلاناغہ پی لیں کھانا بہت کم کھائیں اور قبض نہ ہونے دیں ان شاء اللہ تعالیٰ ایک مہینہ کے استعمال سے ہی فائدہ ہوگا۔

❁ دودھ میں اضافہ

کلونجی کو شہد کے میٹھے شربت کے ساتھ چند یوم تک کھائیں ان شاء اللہ عزوجل دودھ کثرت سے اترنا شروع ہو جائے گا اور مطلوبہ مقصد پورا ہوگا۔

❁ دانتوں اور مسوڑھوں کے درد میں فوری آرام

اطباء کا آزمودہ اور مجرب نسخہ اس مقصد کے لئے یہ ہے کہ کلونجی 25 گرام اور تخم پیاز

50 گرام دونوں کو ثابت لے لیں اور جس وقت دانتوں یا مسوڑھوں میں درد ہو رہا ہو اس وقت دہکتے ہوئے کوئلے لے کر ان پر دونوں مذکورہ چیزیں ایک چمچ میں ڈال کر رکھ دیں اوپر حقے کی چلم الٹا کر رکھ دیں اور اپنا سانس اندر کی طرف کھینچ کر روکیں اور فوراً چلم کے پیندے کے اوپر اپنا منہ کھلا کر کے رکھیں تاکہ دھواں منہ کے اندر داخل ہو جب برداشت ختم ہو جائے تو منہ میں اکٹھا ہونے والا لعاب پانی کی بھری ہوئی بالٹی میں ڈال دیں پانی کے اوپر چھوٹے چھوٹے کیڑے تیرتے ہوئے نظر آئیں گے اللہ تعالیٰ کے فضل وکرم سے دانتوں کا درد فوراً دور ہو جائے گا۔

❁ کلونجی سے جملہ امراض میں شفاء

شوگر کے مریضوں کے لئے کلونجی کا استعمال فائدہ مند ثابت ہوا ہے اگر ایک حصہ کلونجی اور چوتھائی کاسنی کے بیج ملا کر باریک پیس لیں اور صبح ایک چائے کا چمچ شوگر کے مریض کو بطور دوا استعمال کرایا جائے تو اس سے شوگر کے مرض میں مبتلا افراد کو حیرت انگیز طور پر فائدہ ہوتا ہے اور ان کا مرض جاتا رہے گا کلونجی کا استعمال یرقان (Jaundice) کے مرض میں فائدہ مند ہے اس کے بیج پیس کر دودھ میں ملا کر پینے سے یرقان کا مرض جاتا رہتا ہے کلونجی کے بیجوں کو سرکہ میں خوب جوش دے کر ٹھنڈا کریں اور پھر اس کے غرغرے کریں اس سے مسوڑھوں کی سوزش دور ہو جاتی ہے مسوڑھوں سے پیپ آنا بند ہو جاتی ہے اور درد جاتا رہتا ہے حاملہ عورتوں کے لئے کلونجی کا استعمال فائدہ مند نہیں ہے۔

اعصابی تناؤ بے چینی اور بے سکونی کی کیفیت میں کلونجی کا استعمال فائدہ دیتا ہے اور طبیعت میں بشاشت پیدا کرتا ہے جس سے ہیجانی کیفیت ختم ہو جاتی ہے جن افراد کے جسم پر تل ہوں تو کلونجی کے بیجوں کا لیپ کرنے سے جلد صاف ہو جاتی ہے کلونجی کا استعمال معدے کو تقویت پہنچاتا ہے آنتوں میں موجود فاسد فضلات کو خارج کرتا ہے دائمی قبض کے مرض میں فائدہ مند ہے سانس میں گھٹن کی حالت میں کلونجی فائدہ مند ہے چھاتی پر بلغم جم جانے سے سانس لینے میں دشواری محسوس ہوتی ہے کلونجی کے استعمال سے یہ حالت ٹھیک ہو

جاتی ہے جن افراد کو کثرت سے ڈکار آتے ہوں ان کے لئے کلونجی فائدہ مند ہے بھوک لگاتی ہے بھوک کی کمی کی شکایت کو رفع کرتی ہے۔

جن افراد کی آنکھوں میں درد ہوتا ہو ان کے لئے کلونجی کو روغن اریسا میں ملا کر سونگھنا آنکھوں کو آرام پہنچاتا ہے اور درد جاتا رہتا ہے جن افراد کو کھانا ہضم نہ ہوتا ہو جس کی وجہ سے جسمانی نقاہت پیدا ہو جاتی ہے اور چہرے کی رونق جاتی رہتی ہے چہرے پر پیلاہٹ قائم ہو جاتی ہے ایسے مریض ایک کپ دودھ میں ایک چمچ روغن زیتون اور نصف چمچ کلونجی کے بیج پیس کر ملائیں اور ہر روز صبح پی لیں تو ان کو مرض سے افاقہ ہوگا۔ گنجے پن کے مرض میں بھی کلونجی کا استعمال مفید ثابت ہوا ہے اس کے بیج پیس کر مہندی میں ملائیں اور سرکہ میں خوب اچھی طرح گھول کر سر پر لگانے سے گرتے بال رک جاتے ہیں اور گنج پر بالوں کی دوبارہ نشوونما ہونا شروع ہو جاتی ہے بال مضبوط ہو جاتے ہیں جلد کے دیگر امراض میں بھی کلونجی کی حیثیت شفا بخش ہے حب الرشاد اور کلونجی کے بیج یکساں وزن میں لے کر توے پر بریاں کریں پھر پیس کر سرکہ میں شامل کر کے لیپ بنائیں اور برص کے داغ پر لگانے سے رفتہ رفتہ مرض ختم ہو جاتا ہے پھوڑے پھنسیوں کی حالت میں بھی اس کا استعمال فائدہ مند ہوتا ہے کلونجی کے بیج پیس کر سرکہ میں ملا کر مرہم سا بنائیں اور چنبل اور ایگزیما سے متاثرہ جسمانی حصوں پر لگائیں تو بہت فائدہ ہوتا ہے کلونجی کے بیجوں کا جوشاندہ پینے سے جسم میں موجود ہر قسم کا زہر خارج ہو جاتا ہے زہریلے کیڑوں اور سانپ کے کاٹے میں اس کا جوشاندہ زہر کو زائل کرتا ہے۔

کلونجی معدے کو ٹھیک کرتی ہے اس کے استعمال سے معدے میں ہونے والا درد ختم ہو جاتا ہے معدہ مضبوط ہو کر اپنا فعل درست انداز سے انجام دیتا ہے جگر کے امراض میں کلونجی کا استعمال فائدہ کرتا ہے اس سے جگر کی خرابی دور ہو جاتی ہے پیٹ کے درد میں کلونجی افاقہ کرتی ہے فالج کی حالت میں کلونجی کے بیج مفید ثابت ہوئے ہیں اعصابی کمزوری کے مریضوں کے لئے کلونجی کا استعمال فائدہ مند ہے درد قولنج (بڑی انتڑی کا درد) اس سے دور

ہو جاتا ہے رعشہ کے مرض میں بھی فائدہ کرتی ہے کلونجی کے بیج پیشاب آور ہوتے ہیں درد سے حیض آنے کی کیفیت کو ٹھیک کرتی ہے اس کے استعمال سے عورتوں کی پیچیدہ بیماریاں درست ہو جاتی ہیں حیض کے خون کی کمی کو دور کر کے حیض کا خون بڑھانے میں مفید ہے کلونجی جسم کے سدے کھولتی ہے خون کی شریانوں میں موجود رکاوٹوں کو دور کرتی ہے تبخیر معدہ کی کیفیت کو دور کرتی ہے۔ کلونجی کے بیج پیس کر سرکہ میں ملا کر کھانے سے پیٹ کے کیڑے مر جاتے ہیں روٹی کے ساتھ کھانے سے پیٹ میں گیس پیدا نہیں ہوتی اسی طرح کلونجی کے پسے ہوئے بیج ایک چمچ ایک گلاس نیم گرم پانی میں دو چمچ شہد کے ساتھ ملا کر پینے سے مثانے اور گردوں کے مرض میں فائدہ ہوتا ہے مثانے اور گردے کا درد دور ہو جاتا ہے مثانے اور گردوں سے پتھری خارج ہو جاتی ہے بلغمی امراض میں بھی کلونجی کا استعمال فائدہ دیتا ہے تنگی سانس کی حالت میں بھی کلونجی سے افاقہ ہوتا ہے اس کے استعمال سے تلی کا ورم دور ہو جاتا ہے کھانسی اور دمے کے مریضوں کے لئے کلونجی فائدہ مند ہے بلغم کو دور کرتی ہے قسط شیریں کے ساتھ کلونجی یکساں وزن میں ملا کر صبح شام کھانے سے دائمی پیچش کے مرض میں فائدہ ہوتا ہے آنتوں کی سوزش دور ہو جاتی ہے۔

جوڑوں کے دائمی درد میں مبتلا مریضوں کے لئے کلونجی مفید ثابت ہوئی ہے اس کے استعمال سے جوڑوں کی سوجن اور درد دور ہو جاتا ہے ایک کپ دودھ میں ایک چمچ روغن زیتون اور ایک چھوٹا چمچ پسی ہوئی کلونجی ملا کر صبح کے وقت پینے سے ہاضمہ درست رہتا ہے اور چہرے کی چمک میں اضافہ ہو جاتا ہے چہرے پر جو جھائیاں ہوتی ہیں وہ دور ہو جاتی ہیں چہرے پر رونق آ جاتی ہے اور چہرہ سرخ ہو جاتا ہے جن بچوں کو رات میں سوتے ہوئے بستر پر پیشاب کرنے کی عادت ہوتی ہے ان کے لئے کلونجی بڑی فائدہ مند ہے ایک گنا کلونجی کے بیج باریک پیس کر دو گنا شہد میں ملا کر مکس کریں اور رات کو سوتے وقت بچوں کو نصف چمچ کھلا دیں اس سے ان کے بستر پر پیشاب کرنے کی عادت ختم ہو جائے گی اسکے استعمال سے بند حیض جاری ہو جاتا ہے قوت باہ کے لئے بھی کلونجی کا استعمال نہایت مفید ہے عورت کا

دودھ بڑھانے کے لئے مؤثر دوا ہے اگر کسی وجہ سے عورت کا دودھ خشک ہو گیا ہو تو کلونجی استعمال کرنے سے دودھ اتر آتا ہے اس کا استعمال زیادہ کرنے سے حاملہ عورت کا حمل ساقط بھی ہو سکتا ہے اس لئے احتیاط ضروری ہے۔

❀ کلونجی کے 19 مدنی پھول

❀...... فرمان مصطفیٰ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کالا دانہ کلونجی میں موت کے سواء ہر بیماری کی شفاء ہے۔ (مشکوٰۃ المصابیح ج ۲ ص ۱۴۳ حدیث ۴۵۲۰)

مفسر شہیر حکیم الامت حضرت سیدنا مفتی احمد یار خان نعیمی علیہ رحمۃ الحنان فرماتے ہیں کہ ہر مرض سے مراد ہر بلغمی اور رطوبت کے امراض ہیں کیونکہ کلونجی گرم اور خشک ہوتی ہے لہٰذا مرطوب اور سردی کی بیماریوں میں مفید ہوگی۔ (مراۃ شرح مشکوٰۃ ج ۶ ص ۲۱۶)

❀...... روزانہ نہار منہ چٹکی بھر کلونجی تقریباً 12 قطرے اصلی شہد میں ملا کر بسم اللہ الرحمٰن الرحیم پڑھ کر شہادت کی انگلی سے چاٹیے ان شاء اللہ عزوجل بہت سی بیماریاں ختم ہو جائیں گی۔

❀...... کلونجی کو جلا کر کھانا بواسیر کو دور کرتا ہے۔

❀...... کلونجی کھانے سے پیٹ کے کیڑے مرجاتے ہیں

❀...... کلونجی کو تیل میں جوش دے کر سر میں وہ تیل لگانے سے دردسر نزلہ اور زکام میں فائدہ ہوتا ہے۔

❀...... اگر خشکی کی وجہ سے سر پر پڑیاں سی بن گئی ہوں تو کلونجی کھانے سے ختم ہو جاتی ہیں۔

❀...... کلونجی کو پانی میں جوش دے کر غرغرے کرنے سے دانتوں کا درد دور ہو جاتا ہے۔

❀...... پیشاب نہ آنے کی صورت میں کلونجی کے کھانے سے پیشاب کھل کر آتا ہے۔

❀...... کلونجی میں سرکہ ملا کر کھانے سے بلغمی ورم دور ہو جاتا ہے۔

❁...... زیتون کے تیل میں کلونجی ڈال کر سونگھنے سے آنکھوں کا درد جاتا رہتا ہے۔

❁...... کلونجی بلغمی بخار کے لئے مفید ہے۔

❁...... کلونجی حیض کی رکاوٹ کو دور کرتی ہے۔

❁...... کلونجی سرکہ میں ملا کر برص، کوڑھ پر لگانے سے فائدہ ہوتا ہے۔

❁...... فوطہ کی سوجن میں کلونجی پیس کر سرکہ میں ملا کر لگائیں تو فائدہ ہوتا ہے۔

❁...... کلونجی پیس کر مہندی میں ملا کر سر میں لگانے سے سر کے بال جھڑنا بند ہوتے ہیں۔

❁...... کلونجی کا استعمال سینے کے درد اور کھانسی میں مفید ہے۔

❁...... گھر میں کلونجی کی دھونی دینے سے کھٹمل اور مچھر کا خاتمہ ہوتا ہے۔

❁...... دماغ کی بیماری ہو تو کلونجی کے اکیس دانے کپڑے کی پوٹلی میں باندھ کر پانی میں ابالیے پہلے دن سیدھے نتھنے میں دو قطرے اور الٹے نتھنے میں ایک قطرہ دوسرے دن الٹے نتھنے میں دو قطرے اور سیدھے نتھنے میں ایک قطرہ ڈالئے ان شاء اللہ عزوجل تین دن میں شفاء حاصل ہو جائے گی۔

❁...... کلونجی شہد کے ساتھ کھانے سے گردے، مثانے کی پتھری نکل جاتی ہے۔

❁...... ککڑی ......❁
یا
❁...... کھیرا ......❁

ککڑی کو عربی زبان میں (قِثَّاء) اور انگریزی زبان میں (Cucumber) ککڑی یا کھیرا کو موسم گرما کی سبزیوں میں شمار کیا جاتا ہے مگر اکثر پھلوں اور سبزیوں کی طرح یہ سارا سال بازار میں دستیاب ہوتا ہے ہمارے ہاں ان کو ویسے بھی کھایا جاتا ہے اور سلاد کے طور پر

بھی دستر خوان کی زینت بنایا جاتا ہے تقریباً دنیا کے تمام ممالک میں ان کی کاشت کی جاتی ہے کھیرے کو کھانے کا طریقہ یہ ہے کہ پہلے اس کو اوپر سے تھوڑا کاٹ لیتے ہیں اور اس ٹکڑے کو کٹی ہوئی جگہ پر رگڑنے سے جھاگ سی پیدا کر کے اس کی کڑواہٹ دور کر لی جاتی ہے پھر تھوڑا سا مزید جھاگ والا ٹکڑا کاٹ کر پھینک دیا جاتا ہے اس کے بعد ان کے چھلکے اتار کر کاٹ دیا جاتا ہے اور نمک مرچ لگا کر کھاتے ہیں اس طرح کھیرا کھانے سے کھیرا کڑوا نہیں لگتا اور اس کا ذائقہ اچھا ہو جاتا ہے۔ کھیرا چھلکے سمیت کھانا زیادہ مفید ہے۔

❁ قرآن وحدیث کی روشنی میں

ککڑی کا ذکر قرآن پاک میں اور احادیث مبارکہ میں بھی ہوا ہے قرآن پاک کی سورۃ البقرہ میں بنی اسرائیل کے واقعہ کا تذکرہ کرتے ہوئے ککڑی کا بیان ہوا ہے جس میں فرمایا گیا ہے کہ حضرت سیدنا موسیٰ علیہ السلام کی قوم کو آسمان سے ان کی غذائی ضروریات پوری کرنے کے لئے ''من وسلویٰ'' کھانے کے لئے اترتا تھا مگر حضرت موسیٰ علیہ السلام کی قوم بہانہ باز تھی اس مقصد کیلئے لگی رہتی تھی کہ کسی طرح اللہ کے پیغمبر کو تنگ کیا جائے انہوں نے آسمانی غذا پر ناشکری کا اظہار کیا اور اس کے مقابلے میں دیگر غذائیں مثلاً لہسن، مسور، اور پیاز طلب کیا اس کے ساتھ انہوں نے ککڑی بھی طلب کی یہ چیزیں چونکہ مصر میں عام ہوا کرتی تھیں اس لئے اس قوم نے وہ چیزیں طلب کیں جو وہاں موجود نہ تھیں چنانچہ اسی واقعہ کا ذکر کرتے ہوئے ارشاد باری تعالیٰ ہوتا ہے کہ

وَ اِذْ قُلْتُمْ یٰمُوْسٰى لَنْ نَّصْبِرَ عَلٰى طَعَامٍ وَّاحِدٍ فَادْعُ لَنَا رَبَّكَ یُخْرِجْ لَنَا مِمَّا تُنْۢبِتُ الْاَرْضُ مِنْۢ بَقْلِهَا وَ قِثَّآىٕهَا وَ فُوْمِهَا وَ عَدَسِهَا وَ بَصَلِهَاؕ قَالَ اَتَسْتَبْدِلُوْنَ الَّذِیْ هُوَ اَدْنٰى بِالَّذِیْ هُوَ خَیْرٌؕ اِهْبِطُوْا مِصْرًا فَاِنَّ لَكُمْ مَّا سَاَلْتُمْ

ترجمۂ کنزالایمان: اور جب تم نے کہا اے موسیٰ ہم سے تو ایک کھانے پر ہرگز صبر نہ ہوگا تو آپ اپنے رب سے دعاء کیجئے کہ زمین کی اگائی ہوئی چیزیں ہمارے لئے نکالے کچھ ساگ اور ککڑی اور گیہوں اور مسور اور پیاز فرمایا کیا ادنیٰ چیز کو بہتر کے بدلے مانگتے ہو اچھا

مصر یا کسی شہر میں اتر و وہاں تمہیں ملے گا جو تم نے مانگا۔'' (سورۂ بقرۃ، آیت ٦١)

حضور (ﷺ) نے ککڑی کو پسند فرمایا بخاری شریف اور مسلم شریف کی اکثر احادیث میں ان کا تذکرہ ملتا ہے آپ (ﷺ) کی پسندیدہ غذاؤں میں ان کا شمار بھی ہوتا ہے۔

ام المومنین حضرت سیدتنا عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے مروی ہے آپ فرماتی ہیں کہ:

''میری امی جان یہ چاہتی تھیں کہ میں جب رسول اللہ (ﷺ) کی خدمت اقدس میں (رخصتی کے بعد) جاؤں تو ذرا موٹی ہو کر جاؤں اس مقصد کے لئے کئی دوائیں دی گئیں لیکن کچھ نتیجہ نہ نکلا پھر میں نے ککڑی اور کھجور کھائیں اور خوب موٹی ہوگئی''۔ (بخاری شریف)

اس سے یہ معلوم ہوا کہ ککڑی کو کھجوروں کے ساتھ ملا کر کھانے سے دبلے پن کی حالت ختم ہو جاتی ہے جسم کی کمزوری اور لاغر پن جاتا رہتا ہے جسم فربہ اور توانا ہو جاتا ہے ککڑی کے ساتھ کھجوروں کے کھانے کی ایک روایت ترمذی شریف میں بھی بیان ہوئی ہے جس کے راوی حضرت سیدنا عبداللہ بن جعفر رضی اللہ تعالیٰ عنہ ہیں وہ ارشاد فرماتے ہیں کہ:

''میں نے رسول اللہ (ﷺ) کو دیکھا کہ آپ (ﷺ) ککڑی کے ساتھ کھجوریں تناول فرمارہے تھے''۔

❁ ککڑی یا کھیرے سے مختلف بیماریوں کا علاج

کھیرے یا ککڑی کے ساتھ کھجوریں کھانے سے یقیناً جسم کو اچھی غذا ملتی ہے ان کی تاثیر چونکہ سرد ہوتی ہے اور کھجوروں کی گرم اس لئے ان دونوں کو ملا کر ایک دوسرے کی تاثیر پر غلبہ پایا جاتا ہے اور تاثیر معتدل ہو جاتی ہے جو کہ جسم انسانی کے لئے انتہائی فائدہ مند ہوتی ہے یہ اس لئے بھی ضروری ہوتا ہے کہ بعض اطباء کرام کے نزدیک اکثر غذاؤں کی سرد تاثیر جسم کے لئے نقصان کا باعث ہوتی ہے اور اگر اس سرد غذا کے ساتھ کوئی گرم تاثیر والی غذا دے دی جائے تو تاثیر معتدل ہو جاتی ہے اور جسم کو کوئی نقصان نہیں ہونے دیتی بلکہ فائدہ پہنچاتی ہے یہ اصول آج سے چودہ سو سال قبل حضور (ﷺ) نے ہمیں سمجھا دیا ہے جس کا

اعتراف آج کے طبی ماہرین بھی کرتے ہیں ان کے بے شمار طبی فوائد ہیں اس کا استعمال انسانی جسم کے لئے ایک بہترین غذا اور ایک بہترین دوا کی حیثیت رکھتا ہے۔

ککڑی یا کھیرا زود ہضم ہوتا ہے اسے دیگر غذاؤں کے ساتھ کھانے سے غذاؤں کو جلد ہضم کرنے میں مدد ملتی ہے معدہ اور آنتوں کی سوزش کو ختم کرتا ہے پیشاب آور ہے اعصابی کمزوری کو دور کرتا ہے جسم انسانی میں بیماریوں کے خلاف قوت مدافعت میں اضافہ کرتا ہے جسم میں گرمی کی شدت کو بجھاتا ہے جسم کو ٹھنڈک پہنچاتا ہے طبیعت میں ہر قسم کی بے چینی گھبراہٹ اور ہیجانی کیفیت کو ختم کرتا ہے گرمی کے بخار میں مبتلا مریض کو ان کے ٹکڑے کاٹ کر ماتھے اور چہرے پر ملنے سے بخار کی تپش کم ہو جاتی ہے اور بخار کی حالت میں افاقہ ہوتا ہے ان کی غذائیت میں اضافہ کرنے کے لئے ان کو چھیل کر اس پر سیاہ مرچیں پسی ہوئی نمک اور لیموں کا رس ڈال کر کھایا جائے تو فائدہ ہوتا ہے۔

اگر کسی کو کتا کاٹ لے تو کھیرے کے چھلکے سکھا کر خشک کریں پھر ان کو باریک پیس لیں اس سفوف کو خالص شہد میں ملا کر مریض کو کھلائیں تو مرض میں افاقہ ہوگا معدہ اور آنتوں میں ہر قسم کی رکاوٹ کو دور کر کے ٹھنڈک پہنچاتا ہے فاضل حدت کو اعتدال پر لاتا ہے جسم کو سکون اور دل کو فرحت پہنچاتا ہے معمولی قسم کی قبض کو بھی دور کر دیتا ہے پیٹ کی سختی کو کھیرا دور کرتا ہے پیٹ کے کھچاؤ میں مفید ثابت ہوا ہے پیٹ کو نرم کرتا ہے پیٹ میں موجود فاسد مادوں کو خارج کرنے میں مدد دیتا ہے اگر کھیرا خالی پیٹ کھانا مقصود ہو تو اس کے ساتھ کھجور یا منقیٰ وغیرہ کھا لینا جسم کو زیادہ فائدہ دیتا ہے کھیرا آنتوں کی سوزش میں فائدہ مند ہے آنتوں کی سوزش اور دیگر آنتوں کے امراض میں کھیرے کے بیج نکال کر چھلکے اتار لیں پھر ان کو سکھا کر خشک کر لیں پھر ان کو باریک پیس کر شہد میں ملائیں اس سے افاقہ ہوگا اور جسم کو توانائی پہنچے گی جسم میں غذائی کمی کو دور کرتا ہے کھیرے کے بیج پیشاب کے امراض میں فائدہ دیتے ہیں جن افراد کو پیشاب رک رک کر اور قطرہ قطرہ آتا ہے ان کو پیشاب کرتے ہوئے نالی میں جلن اور مثانے میں درد محسوس ہوتا ہو تو ان کے لئے کھیرے کے بیج کھانا فائدہ مند ہے کالی کھانسی اور دائمی

کھانسی کے مریضوں کو کھانسنے کی وجہ سے پھیپھڑوں میں زخم یا سوزش ہو جاتی ہے یا اندرونی طور پر ہر قسم کی سوجن واقع ہو جاتی ہے ایسی صورت حال میں کھیرے کے بیج فائدہ پہنچاتے ہیں ہر قسم کی سوجن اور پھیپھڑوں کے زخم کو ٹھیک کر دیتے ہیں تلی اور جگر کے ورم ہونے کی کیفیت میں بھی کھیرے کے بیج کھانا فائدہ مند ہوتا ہے کھیرا کھانے سے معدے اور جگر کی گرمی دور ہو جاتی ہے جن افراد کو بار بار پیاس لگتی ہو اور حلق خشک ہو جاتا ہو اور زبان میں بھی خشکی آ جاتی ہو ان کے لئے کھیرے کا استعمال فائدہ دیتا ہے یہ پیاس کو بجھاتا ہے جسم کو تسکین پہنچاتا ہے جگر سے سدے نکال دیتا ہے آنتوں میں ہر قسم کی رکاوٹ کو دور کرتا ہے۔

سر درد کی حالت میں ککڑی کھیرا فائدہ دیتا ہے تازہ کھیرا یا ککڑی کھانے سے آنتوں اور معدہ کے صفراوی مادے نکل جاتے ہیں تیزابیت کو دور کرتا ہے مثانے کی جلن اور سوزش کو دور کرتا ہے ان کا زیادہ استعمال جسمانی کمزوری کو دور کرتا ہے شدید گرمی کے دنوں میں دستوں کی شکایت کو رفع کرتا ہے پیچش کی وجہ سے ہونے والی جسمانی کمزوری کی صورت میں مفید ہے یرقان (Jaundice) کے مرض میں کھیرا کھانے سے فائدہ ہوتا ہے کھیرا حیض کی کمی کو دور کرتا ہے درد سے آنے والے حیض کے خون میں آرام پہنچاتا ہے مثانہ کی پتھری نکالنے کے لئے کھیرے کا جوس نکال کر زیتون کے تیل میں ملا کر خوب اچھی طرح گرم کریں پھر ٹھنڈا کر کے مریض کو پلایا جائے تو مرض میں فائدہ دیتا ہے اسی تیل کو پٹھوں کے امراض میں پٹھوں پر مالش کرنے سے پٹھوں کا کھچاؤ ختم ہو جاتا ہے پٹھوں کو آرام ملتا ہے اور دوران خون میں اضافہ ہوتا ہے۔

❁......کدو......❁

ہمارے ہاں کدو شریف کا شمار مشہور سبزیوں میں ہوتا ہے۔ اس کو عربی زبان میں (یَقْطِیْن) اور انگریزی زبان میں (Pumpkin) کدو شریف کی بے شمار اقسام کاشت کی جاتی ہیں ان میں سرخ کدو، حلوہ کدو، سفید کدو یا پیلا کدو، گول اور لمبا کدو زیادہ

مشہور ہے کدو کی کاشت دنیا کے تقریباً کئی ممالک میں کی جاتی ہے کدو سے کئی پکوان تیار کیے جاتے ہیں جن میں اس کو سبزی کے طور پر سالن کی طرح پکانا کدو سے حلوہ اور کھیر تیار کرنا اور کدو کا مربہ اور رائتا بھی شامل ہے۔

کدو شریف کا استعمال زمانہ قدیم سے ہی کھانے کے طور پر ہوتا آرہا ہے ہمارے پیارے نبی (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے بھی کدو کو بہت زیادہ پسند فرمایا ہے آپ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کدو کا سالن بہت شوق سے تناول فرماتے تھے۔

❁ قرآنِ حکیم کی روشنی میں

اللہ تعالیٰ نے قرآن پاک میں حضرت یونس علیہ السلام کے واقعہ میں کدو شریف کا تذکرہ کیا ہے چنانچہ ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ:

فَنَبَذْنٰهُ بِالْعَرَآءِ وَ هُوَ سَقِیْمٌ ﴿۱۴۵﴾ وَ اَنْۢبَتْنَا عَلَیْهِ شَجَرَةً مِّنْ یَّقْطِیْنٍ ﴿۱۴۶﴾ وَ اَرْسَلْنٰهُ اِلٰى مِائَةِ اَلْفٍ اَوْ یَزِیْدُوْنَ ﴿۱۴۷﴾

ترجمۂ کنزالایمان: ”پھر ہم نے اسے میدان پر ڈال دیا اور وہ بیمار تھا اور ہم نے اس پر کدو کا پیڑ اگایا اور ہم نے اسے لاکھ آدمیوں کی طرف بھیجا بلکہ زیادہ۔

(سورۃ الصافات، آیت ۱۴۵ تا ۱۴۷)

حضرت یونس علیہ السلام کا معجزہ

تفسیر خزائن العرفان میں ہے: کدو کی بیل ہوتی ہے جو زمین پر پھیلتی ہے۔ مگر یہ آپ کا معجزہ تھا کہ یہ کدو کا درخت قد والے درختوں کی طرح شاخ رکھتا تھا اور اس کے بڑے بڑے پتوں کے سایہ میں آپ آرام کرتے تھے۔

❁ احادیثِ مبارکہ کی روشنی میں

احادیث مبارکہ میں بھی کدو کا تذکرہ اس لحاظ سے آیا ہے کہ نبی کریم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے اس کو پسند فرمایا ہے چنانچہ حضرت سیدنا انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ:

''رسول کریم (ﷺ) کی خدمت اقدس میں میری والدہ حضرت ام سلیم رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے مجھے کھجوروں کا ایک ٹوکرا دے کر روانہ کیا آپ (ﷺ) حجرۂ اطہر میں تشریف فرمانہ تھے اپنے ایک غلام کے گھر دعوت پر تشریف لے گئے تھے چنانچہ میں وہاں گیا تو آپ (ﷺ) کھانا تناول فرما رہے تھے کھانے میں کدو کا ثرید خدمت میں پیش کیا گیا تھا آپ نے مجھے بھی کھانے میں شامل فرمالیا میں جانتا تھا کہ آپ (ﷺ) کدو کو پسند فرماتے تھے چنانچہ میں اس کے ٹکڑے اکٹھے کر کے آپ (ﷺ) کے سامنے کرتا گیا کھانے سے فارغ ہونے کے بعد ہم گھر چلے گئے تو میں نے کھجوروں کا ٹوکرا آپ (ﷺ) کی خدمت میں پیش کیا تو آپ (ﷺ) اس میں سے تناول بھی فرمارہے تھے اور لوگوں میں تقسیم بھی کرتے جاتے تھے اور اسی طرح وہ سی وقت ختم کردیا۔'' (ابن ماجہ شریف)

✪ کدو کا سالن

اس حدیث مبارک کو بھی حضرت سیدنا انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ ہی نے بیان فرمایا ہے کہ:

نبی کریم (ﷺ) کی ایک درزی نے دعوت کی میں بھی نبی کریم (ﷺ) کے ہمراہ گیا اس نے جو کی روٹی اور خشک گوشت کے سالن میں کدو پکا کر پیش کیا میں نے دیکھا کہ رسول اللہ (ﷺ) تھالی میں سے کدو کے ٹکڑے تلاش کر کے تناول فرماتے تھے اس دن کے بعد مجھے کدو سے محبت ہوگئی۔ (بخاری شریف)

✪ دماغی تقویت کے لئے

کدو طبی طور پر بہت زیادہ فائدہ مند ہے حضور (ﷺ) نے کدو کی طبی افادیت کو بیان فرمایا ہے چنانچہ حضرت سیدنا عطاء بن ابی رباح رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ (ﷺ) نے فرمایا کہ:

''تمہارے لئے کدو موجود ہے وہ عقل میں اضافہ کرتا ہے اور دماغ کو تقویت دیتا ہے''۔ (ابن حبان)

❁ کدو کے ٹکڑے

حضرت سیدنا جابر بن طارق رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ میں سیدنا رسول کریم (ﷺ) کی خدمت اقدس میں حاضر ہوا تو کدو کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کئے جا رہے تھے میں نے عرض کیا کہ اس کا کیا بنے گا؟ فرمایا کہ اس سے سالن میں اضافہ کیا جائے گا"۔ (ترمذی شریف)

❁ دماغ کی قوت میں اضافہ

حضرت سیدنا واثلہ بن الاسقع رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ سیدنا رسول کریم (ﷺ) نے فرمایا کہ:

"اے لوگو! کدو زیادہ کھایا کرو کیونکہ یہ دماغ کی قوت کو بڑھاتا ہے"۔ (ابونعیم)

❁ دلوں کی مضبوطی

"غیلانیات" میں حضرت ہشام بن عروہ اپنے والد عروہ سے اور انہوں نے حضرت سیدتنا عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے روایت کی ہے کہ حضرت سیدتنا عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے فرمایا کہ مجھ سے سیدنا رسول کریم (ﷺ) نے فرمایا کہ:

"اے عائشہ (رضی اللہ تعالیٰ عنہا) جب تم کوئی ہانڈی پکانے کیلئے تیار کرو تو اس میں زیادہ مقدار میں کدو ڈال لو اس لئے کہ کدو رنجیدہ دلوں کو مضبوط کرتا ہے"۔ (طب نبوی)

❁ کدو کی پسندیدگی

"طب نبوی" میں ہے کہ ابوطالوت بیان کرتے ہیں کہ میں حضرت سیدنا انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے پاس آیا جب کہ وہ کدو کھا رہے تھے اور کہتے تھے کہ اے درخت! تو بھی کیا چیز ہے میں تجھے رسول اللہ (ﷺ) کے پسند کرنے کی وجہ سے پسند کرتا ہوں"۔ (طب نبوی)

❁ کدو زیادہ کھانا

حضرت سیدنا حکیم بن جابر رضی اللہ تعالیٰ عنہ اپنے والد حضرت سیدنا جابر بن عبداللہ

رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت کرتے ہیں کہ میں سیدنا رسول کریم (ﷺ) کی خدمت اقدس میں حاضر ہوا ان کے پاس ایک کدو تھا میں نے پوچھا کہ یہ کیا چیز ہے؟ انہوں نے فرمایا کہ یہ کدو ہے ہم اسے بہت کھاتے ہیں"۔ (ابن ماجہ شریف)

کدو شریف سے مختلف بیماریوں کا علاج

کدو کھانا سنت نبوی ہے اس میں بیشمار امراض کا علاج پایا جاتا ہے بے شمار بیماریوں میں کدو کے استعمال سے افاقہ ہوتا ہے اطباء کرام نے کدو کے لاتعداد خواص بیان کئے ہیں انسانی جسم کے لئے طبی طور پر اس کی افادیت بہت زیادہ ہے۔

حضرت سیدتنا عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے فرمایا کہ:

"جس کسی نے مسور کی دال کے ساتھ کدو پکا کر کھایا اس کا دل مضبوط ہوا اور قوت باہ میں اضافہ ہوا اور اگر اس کو میٹھے انار اور سماق کے ساتھ ملا لیا جائے تو یہ صفراء کے مرض میں فائدہ دیتا ہے۔

سُماق کی وضاحت

اس بیان میں سماق کا ذکر کیا گیا ہے سماق ایک قسم کا سنگِ مَرمَر ہے۔ جس سے اشیاء کو کھرل کیا جاتا ہے چنانچہ اس کا مطلب یہ ہے کہ کدو کو انار کے دانوں کے ساتھ ملا کر سماق سے رگڑ کر کھرل کر کے کھایا جائے تو یہ مفید ہوتا ہے۔

سر درد، گھبراہٹ، جنون، جگر، معدے کی گرمی، جلن اور پیٹ کا علاج

سر درد ہونے کی صورت میں کدو کے بیجوں کا تیل سر پر مالش کرنے سے آرام آجاتا ہے سر درد جاتا رہتا ہے اور طبیعت کو سکون ملتا ہے۔ خفقان (گھبراہٹ، ایسا مرض جس میں دل کی دھڑکن بڑھ جاتی ہے) جنون اور مالیخولیا (پاگل پن) کے مرض میں مبتلا مریضوں کو کدو چینی کے ساتھ ملا کر پکا کر دینے سے فائدہ ہوتا ہے اس سالن کے کھانے سے بے چینی

الجھن اور جنون کی کیفیت ختم ہو جاتی ہے اور آہستہ آہستہ مرض سے مکمل طور پر شفا حاصل ہو جاتی ہے بار بار پیاس لگنے کی کیفیت میں کدو کا استعمال فائدہ مند ہے اس کے کھانے سدے کھل جاتے ہیں یہ صفرا کو دور کرتا ہے اس کے کھانے سے جگر کی گرمی دور ہو جاتی ہے اس کا سالن کھانے سے پیٹ کا کھچاؤ اور تناؤ ختم ہو جاتا ہے پیٹ نرم ہو جاتا ہے پیشاب کم آنے اور رک رک کر آنے کی صورت میں کدو کا استعمال مفید ہے کیونکہ یہ پیشاب آور ہے گرمی کے موسم میں ہونے والا سر درد کدو کا سالن کھانے سے دور ہو جاتا ہے۔

کدو کا تیل جوڑوں کے درد میں بھی مفید ہے اس کی جوڑوں پر مالش کرنے سے دردیں ختم ہو جاتی ہیں کان میں ورم اور سوزش ہونے کی صورت میں کدو کے چھلکے کا پانی عرقِ گلاب میں ملا کر چند قطرے کان میں ڈالنے سے فائدہ ہوتا ہے اسی پانی کو عرق گلاب میں ملا کر آنکھوں کی سوزش ہونے میں آنکھوں میں ڈالنے سے افاقہ ہوتا ہے کدو کے چھلکے کا پانی مسوڑھوں کے امراض پائیوریا (PHYORRHEA) (دانتوں کا ایسا مرض جس میں مسوڑھوں سے بدبودار پیپ نکلتی ہے، جس کی وجہ سے منہ میں سخت بدبو پیدا ہو جاتی ہے) وغیرہ میں فائدہ دیتا ہے مسوڑھوں کے درد میں اس پانی کی کلیاں کرتے ہوئے مسوڑھوں پر ملنے سے ورم دور ہو جاتا ہے اور درد میں آرام آتا ہے پیشاب جلن کے ساتھ آنے کی صورت میں کدو کے بیج باریک پیس کر خالص شہد کے ساتھ مریض کو دینے سے جلن میں آرام ہوتا ہے اور نالی کی سوزش ختم ہو جاتی ہے کدو کو مسور کی دال کے ساتھ پکا کر کھانے سے قوت مردی میں اضافہ ہوتا ہے یہ جلد ہضم ہو کر جسم کو تقویت اور توانائی پہنچاتا ہے۔

پیٹ کے امراض، متلی، قے، جسم کی سوزش، خون کی خرابی، پھوڑے پھنسی، یرقان، گردوں کے درد و پتھری کا علاج

پیٹ کے امراض میں کدو کا استعمال فائدہ دیتا ہے اس سے پیٹ کے کیڑے نکل جاتے ہیں حاملہ عورتوں کے لئے کدو کا استعمال مفید ہے حمل کے ابتدائی دنوں میں متلی اور قے کی کیفیت کو روکتا ہے جو مریض بیماری کی حالت میں ادویات کا زیادہ استعمال کرتے

ہیں اس سے ان کے پیٹ میں سوزش اور ورم پیدا ہو جاتا ہے ایسی صورت میں کدو پکا کر کھانا جسم کی اندرونی سوزش کو ختم کرتا ہے اور جسم کو طاقت پہنچاتا ہے۔

خون کی خرابی کی صورت میں کدو کو میٹھے انار کے ساتھ کھانا مفید ہے خون کی خرابی کی وجہ سے جسم پر نکلنے والے دانے اور پھنسیوں کا خاتمہ ہو جاتا ہے جن افراد کو نیند نہیں آتی ان کیلئے کدو کا تیل سر پر مالش کرنا مفید ہے اس سے ان کو نیند بآسانی آجائے گی یرقان (Jaundice) کے مرض میں مبتلا مریض کدو کی بیل کے پتے ابال کر چینی ملا کر پئیں تو افاقہ ہوگا جگر کے مرض میں کدو کا مربہ فائدہ دیتا ہے اس کے کھانے سے جگر کی سوزش دور ہو جاتی ہے بخار کی حالت میں کدو کا سالن از حد مفید ہے بخار کی حالت میں جسم کو آرام پہنچاتا ہے۔

گردوں کے امراض میں کدو کھانا فائدہ مند ہے اس سے گردوں کی درد کو آرام ملتا ہے اور گردوں سے پتھری نکل جاتی ہے کدو کے استعمال سے پیٹ کی تیزابیت دور ہو جاتی ہے بواسیر کے مرض میں مبتلا مریضوں کو کدو کے سوکھے ہوئے گودے کا جوشاندہ بنا کر پلانے سے شفا حاصل ہو جاتی ہے قبض کی صورت میں کدو کی بیل کے پتوں کا جوشاندہ اکسیر کی حیثیت رکھتا ہے اندھراتے کے مریض اگر کڑوے کدو کو سکھا کر جلائیں اور پھر اس کو باریک پیس کر خالص شہد میں ملا کر ہر رات آنکھوں میں ایک ایک سلائی لگائیں تو ان کی بینائی میں اضافہ ہوگا ان کی نظر ٹھیک ہو جائے گی اور رات کو بھی دکھائی دینا شروع ہو جائے گا۔

...... کھمبی ......

حضور (صلی اللہ علیہ وسلم) نے جن پیاری غذاؤں کی تعریف فرمائی ہے ان میں کھمبی بھی شامل ہے۔ کھمبی ایک قسم کی سفید نباتات جو اکثر موسم برسات میں عام طور پر خود ہی اگ آتی ہے۔

حضرت سیدنا علی کرم اللہ تعالیٰ وجہہ الکریم سے روایت ہے کہ حضور (صلی اللہ علیہ وسلم) نے ارشاد فرمایا کہ:

"کھمبی میں آنکھوں کی بیماریوں کے لئے شفا ہے"۔ (جامع کبیر)

⊛ آنکھوں کے امراض کے لئے شفا

کھمبی بے شمار فوائد کی حامل ہے احادیث مبارکہ میں زیادہ تر اس کا ذکر آنکھوں کے امراض میں شفا کے بارے میں آیا ہے ایک حدیث ہے جس کے راوی حضرت سیدنا ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ ہیں آپ بیان فرماتے ہیں کہ:

''نبی کریم (ﷺ) کے صحابہ کرام رضی اللہ تعالیٰ عنہم نے ایک دن آپ (ﷺ) کو مخاطب کر کے عرض کیا کہ کھمبی زمین کی چیچک ہے اس پر رسول اللہ (ﷺ) نے ارشاد فرمایا کہ کھمبی ''مَنّ'' میں سے ہے اور اس کا پانی آنکھوں کے امراض کے لئے شفا ہے اور عجوہ کھجور جنت سے ہے اور وہ زہروں کی تریاق ہے''۔

حضرت سیدنا ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ اس کے بعد میں نے تین یا پانچ یا سات کھمبیاں لے کر ان کا پانی نچوڑا اور ایک شیشی میں ڈال لیا پھر میں نے یہ پانی اپنی ایک لونڈی کی آنکھوں میں ڈالا جس کی آنکھیں چندھی ہوئی تھیں اس پانی سے وہ صحتیاب ہوگئی''۔(ترمذی شریف)

⊛ جنت کا تبسم فرمانا

اسی طرح کھمبی کی تعریف میں حضرت سیدنا انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے حوالے سے ایک روایت میں ہے آپ نے بیان فرمایا ہے کہ:

''جب جنت نے تبسم فرمایا تو اس میں سے کھمبی نکلی اور جب زمین نے تبسم فرمایا تو اس سے خزانہ نکلا''۔(ابونعیم)

⊛ من وسلویٰ

حضرت سیدنا سعید بن زید رضی اللہ تعالیٰ عنہ بیان فرماتے ہیں کہ نبی کریم (ﷺ) نے ارشاد فرمایا کہ:

''کھمبی اس ''مَنّ'' میں سے ہے جو اللہ تعالیٰ نے بنی اسرائیل کے لئے نازل فرمایا تھا

اس کا پانی آنکھوں کے لئے شفا ہے''۔(مسلم شریف،ابن ماجہ شریف)

اللہ تعالیٰ نے حضرت سیدنا موسیٰ علیہ السلام کی قوم کے لئے آسمان سے من وسلویٰ نازل فرمایا تھا،''من'' کے زمرے میں کئی اقسام کی سبزیاں آتی ہیں اور سلویٰ پرندوں کے گوشت کو کہتے ہیں چنانچہ حضور(ﷺ) کا یہ فرمانا کہ کھمبی من میں سے ہے معلوم ہوا کہ کھمبی ایک طرح کی سبزی کا نام ہے اور اللہ تعالیٰ نے حضرت سیدنا موسیٰ علیہ السلام کی قوم پر جو من اتارا اس میں کھمبی بھی شامل تھی اس سے یہ بھی ثابت ہوا کہ کھمبی وہ غذا ہے جسے خود اللہ تعالیٰ نے آسمان سے دیگر غذاؤں کے ساتھ بنی اسرائیل کے لوگوں پر اتاری۔

کھمبی کی اقسام

اطباء کرام نے کھمبی کی کئی اقسام بیان کی ہیں مگر عام طور پر تین اقسام کی کھمبیاں پائی جاتی ہیں اس کی ایک قسم سیاہ رنگت والی ہوتی ہے جو کہ زہریلی ہوتی ہے اس کا استعمال نہیں کرنا چاہیے دوسری قسم کی سفیدی مائل سرخ ہوتی ہے اس کا استعمال بھی درست نہیں اس کی تیسری قسم فائدہ مند ہوتی ہے جس کی رنگت سفید ہوتی ہے اور یہ بے شمار طبی خواص کی حامل ہوتی ہے اطباء کرام نے اپنے برسہا برس کے تجربات اور تحقیق کے بعد کھمبی کی لاتعداد خوبیاں بیان کی ہیں کھمبی کا پانی امراض چشم کیلئے شفا ہے اور کھمبی کا بطور غذا استعمال دیگر امراض سے نجات دیتا ہے۔

پلکوں کے گرتے بالوں، دائمی کھانسی، بلغم، ٹی بی، بخار، ہرنیا (Hernia) امراض چشم اور امراض نسواں کا علاج

کھمبی کو سکھا کر باریک پیس کر اس کا سفوف زخموں پر لگانے سے زخم جلد بھر جاتے ہیں کھمبی کا پانی سرمہ میں خوب اچھی طرح مکس کر کے آنکھوں میں لگایا جائے تو اس سے پلکوں کے گرتے ہوئے بال رک جاتے ہیں ان میں مضبوطی پیدا ہو جاتی ہے اسطرح سرمہ لگانے سے آنکھوں کی روشنی میں اضافہ ہو جاتا ہے آنکھوں کی چمک بڑھ جاتی ہے اسہال کے مرض میں کھمبی کا استعمال فائدہ دیتا ہے اسہال ہونے کے بعد ہونے والی جسمانی کمزوری کی

کیفیت اس سے دور ہو جاتی ہے جسم کو توانائی حاصل ہوتی ہے دائمی کھانسی کے مریضوں کے لئے اس کا استعمال فائدہ دیتا ہے بلغم کو خارج کرتی ہے گلے کی خراش کو ختم کرتی ہے جن افراد کو بہت زیادہ پسینہ آتا ہو اس کا استعمال مفید ہے زخموں سے بہنے والے خون کو روکتی ہے کھمبی کو شہد میں ملا کر ٹائیفائیڈ اور دیگر بخاروں کے مریضوں کو دینے سے ان کو مرض سے شفاء حاصل ہوتی ہے ٹی بی جیسے مرض میں بھی اس کا استعمال انتہائی فائدہ مند ثابت ہوا ہے ٹی بی کے ایسے مریض جن کو تھوک میں خون آتا ہو وہ کھمبی کا استعمال کریں تو ان کو افاقہ ہوگا۔ غذا کے طور پر بھی کھمبی کا استعمال کیا جاتا ہے۔ مغربی ممالک کے ہوٹلوں میں دیگر کھانوں کے ساتھ کھمبی کا پکوان بھی تیار کر کے گاہکوں کو پیش کیا جاتا ہے جو بڑے شوق سے کھاتے ہیں چائنیز کھانوں میں بھی کھمبی کا استعمال عام کیا جاتا ہے اور گوشت کے ساتھ اس کی لذیذ ڈشیں تیار کی جاتی ہیں۔ کھمبی کو گوشت کے ساتھ ملا کر پکایا جائے تو اس طرح کھانے سے قوت باہ کو تقویت پہنچاتی ہے۔ فَتَق (ہرنیا، Hernia) (ایک مرض جس میں فوطے بڑھ جاتے ہیں) کے مریض سوکھی ہوئی کھمبی پیس کر سرکہ میں ملائیں پھر اس کا لیپ متاثرہ حصے پر کریں تو ان کو فائدہ ہوگا کھمبی کا پانی آنکھوں میں ڈالنے سے آنکھ کا جالا کٹ جاتا ہے آنکھ کی سرخی دور ہو جاتی ہے اور چند دنوں کے بعد آنکھیں شفاف اور صاف ہو جاتی ہیں رات کو سونے سے قبل سرمہ کے ساتھ اس کے پانی کو آنکھوں میں لگانا آنکھوں کو جلا بخشتا ہے اور آنکھوں سے پانی بہنے کی کیفیت ختم ہو جاتی ہے۔

جو مریض آشوب چشم میں مبتلا ہوں اور ان کی آنکھوں میں سوزش کے ساتھ ساتھ جلن بھی ہوتی ہو صبح سو کر اٹھیں تو ان کی پلکیں آپس میں چپکی ہوئی ہوں آنکھوں سے گندا مواد نکلتا ہو اور سورج کی روشنی آنکھوں میں چبھتی ہوئی محسوس ہوتی ہو اور آنکھوں میں درد کی ٹیسیں اٹھتی ہوں ان کے لئے کھمبی کا پانی آنکھوں میں ڈالنا مرض سے شفا دیتا ہے۔ زہریلی قسم کی کھمبی کا استعمال ہرگز نہیں کرنا چاہیے کیونکہ یہ جسم انسانی پر برے اثرات ڈالتی ہے اور اس کے زیادہ استعمال سے موت بھی واقع ہوسکتی ہے۔ پیٹ کی آنتوں میں اکڑاؤ اور درد کی

حالت میں کھمبی کا عرق فائدہ دیتا ہے یہ بات تو طے ہے کہ کھمبی کا پانی امراض چشم کے لئے اکسیر کی حیثیت رکھتا ہے سوکھی ہوئی کھمبی باریک پیس کر سر پر ملنے سے گنجے پن کی کیفیت ختم ہو جاتی ہے کھمبی کے پانی کو آنکھوں میں ڈالنے سے بینائی تیز ہو جاتی ہے سوکھی ہوئی کھمبی کو پیس کر سرکہ میں ملا دیا جائے اور اس کا لیپ ناف پر کیا جائے تو ٹلی ہوئی ناف اپنی اصلی جگہ پر آ جاتی ہے۔ایسے افراد جن میں خون کی کمی ہو وہ کھمبی کا استعمال کریں تو ان کی یہ کمی دور ہو جاتی ہے کیونکہ کھمبی خون بھی پیدا کرتی ہے یہ دیر سے ہضم ہوتی ہے کھمبی کو خشک کر کے باریک پیس لیں اور پیچش کے مریضوں کو کھلائیں اس سے ان کے مرض میں افاقہ ہوگا کھمبی کو حلوے کے ساتھ پکا کر کھانے سے جسم کا لاغر پن دور ہو جاتا ہے اور جسم فربہ ہوتا ہے کھمبی کو چاولوں کے ساتھ پکا کر پلاؤ بنا کر کھانا جسم میں توانائی پیدا کرتا ہے۔سر کے بھاری پن اور درد کی حالت میں کھمبی کا استعمال فائدہ مند ہے کالی کھانسی کے مرض میں بھی کھمبی کا عرق فائدہ دیتا ہے عورتوں کے بعض امراض میں اس کا استعمال مفید ہے جن خواتین کو ماہواری درد کے ساتھ اور کم آتی ہو ان کے لئے کھمبی کا عرق استعمال کرنا فائدہ مند ہوتا ہے آنکھوں کے آگے اندھیرا چھا جانے دماغ چکرانے کی کیفیت میں بھی کھمبی کا فائدہ دیتا ہے بدہضمی کی حالت میں بھی کھمبی کا استعمال مفید ہے کانوں میں خارش اور سوزش کے مرض میں کھمبی کا عرق فائدہ مند ثابت ہوتا ہے کھمبی کا پانی جراثیم کش ہوتا ہے اس لئے اس کا استعمال وبائی امراض میں فائدہ مند ہے۔

کثرتِ استعمال سے احتیاط

کھمبی کا زیادہ استعمال نہیں کرنا چاہیے کیونکہ ماہرین طب کے مطابق اس کا زیادہ استعمال دوسرے امراض کو پیدا کر دیتا ہے۔

...... گوشت ......

دوعالم کے تاجدار ﷺ کا پسندیدہ کھانا گوشت تھا۔ (ملخصا جامع ترمذی) گوشت کا شمار بہترین غذاؤں میں رہا ہے اور انسان نے جب سے کھانے پینے کی سوجھ بوجھ اپنے اندر پیدا کی ہے اس وقت سے لے کر انسانی غذاؤں میں گوشت کا شمار اول نمبر پر رہا ہے دنیا کے تمام مذاہب میں جانوروں پرندوں اور مچھلیوں کا گوشت کھانے کی اجازت ملتی ہے مگر دنیا کے ہر مذہب نے بعض جانوروں کے گوشت کو کھانے کی ممانعت بھی کی ہے مثال کے طور پر اسلام سے قبل حضرت سیدنا موسیٰ علیہ السلام کی شریعت میں اونٹ کا گوشت کھانا حرام تھا اسی طرح اسلامی تعلیمات کی رو سے سور اور درندوں کا گوشت کھانا حرام ہے توراۃ اور انجیل کے مطابق بھی سور اور درندوں کا گوشت کھانا حرام قرار دیا گیا ہے ہندو مذہب میں بعض فرقوں نے اپنے اوپر گائے کا گوشت حرام کر رکھا ہے۔

قرآن کریم کی روشنی میں

قرآن پاک اور احادیث میں مسلمانوں کو حرام سے بچنے اور حلال جانوروں اور پرندوں کا گوشت کھانے کے اجازت ملتی ہے حضور (ﷺ) کی پیاری غذاؤں میں گوشت کا شمار بھی ہوتا ہے اللہ تعالیٰ نے قرآن پاک میں سور اور مردار گوشت کو حرام قرار دیتے ہوئے ارشاد فرمایا کہ

حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالدَّمُ وَلَحْمُ الْخِنْزِيرِ وَمَا أُهِلَّ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ السَّبُعُ إِلَّا مَا ذَكَّيْتُمْ

ترجمۂ کنزالایمان: ''تم پر حرام ہے مُردار اور خون اور سور کا گوشت اور جس کے ذبح میں غیر خدا کا نام پکارا گیا اور وہ جو گلہ گھونٹنے سے مرے اور بے دھار کی چیز سے مارا ہوا اور جو گر کر مرا اور جسے کسی جانور نے سینگ مارا اور جسے کوئی درندہ کھا گیا مگر جنہیں تم ذبح کر لو''۔

(سورۂ مائدہ، آیت ۳)

اسی طرح اللہ تعالیٰ نے قرآن پاک میں اس جانور کو بھی مسلمانوں کے لئے حلال قرار دیا ہے جو شکاری جانور شکار کرتے ہیں مگر اس میں ساتھ ہی یہ بھی فرمادیا ہے کہ شکاری جانور چھوڑتے وقت اللہ تعالیٰ کا نام لے لیا کرو چنانچہ ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ:

یَسْــٴَـلُوْنَكَ مَاذَاۤ اُحِلَّ لَهُمْؕ قُلْ اُحِلَّ لَكُمُ الطَّیِّبٰتُۙ وَ مَا عَلَّمْتُمْ مِّنَ الْجَوَارِحِ مُكَلِّبِیْنَ تُعَلِّمُوْنَهُنَّ مِمَّا عَلَّمَكُمُ اللّٰهُ٘ فَكُلُوْا مِمَّاۤ اَمْسَكْنَ عَلَیْكُمْ وَ اذْكُرُوا اسْمَ اللّٰهِ عَلَیْهِ۪ وَ اتَّقُوا اللّٰهَؕ اِنَّ اللّٰهَ سَرِیْعُ الْحِسَابِ۝

ترجمۂ کنزالایمان: "اے محبوب تم سے پوچھتے ہیں کہ اُن کے لئے کیا حلال ہوا تم فرمادو کہ حلال کی گئیں تمہارے لئے پاک چیزیں اور جو شکاری جانور تم نے سدھا لئے انہیں شکار پر دوڑاتے جو علم تمہیں خدا نے دیا اس میں سے اُنہیں سکھاتے تو کھاؤ اس میں سے جو وہ مار کر تمہارے لئے رہنے دیں اور اس پر اللہ کا نام لو اور اللہ سے ڈرتے رہو بے شک اللہ کو حساب کرتے دیر نہیں لگتی۔" (سورۃ المآئدۃ، آیت ۴)

قرآن کریم میں ایمان والوں کے لئے چار پائے یعنی وہ جانور چرتے ہیں ان کے حلال ہونے کی نوید سنائی گئی ہے چنانچہ ارشاد باری تعالیٰ ہوتا ہے کہ:

یٰۤاَیُّهَا الَّذِیْنَ اٰمَنُوْۤا اَوْفُوْا بِالْعُقُوْدِ۬ؕ اُحِلَّتْ لَكُمْ بَهِیْمَةُ الْاَنْعَامِ اِلَّا مَا یُتْلٰى عَلَیْكُمْ غَیْرَ مُحِلِّی الصَّیْدِ وَ اَنْتُمْ حُرُمٌؕ اِنَّ اللّٰهَ یَحْكُمُ مَا یُرِیْدُ۝

ترجمۂ کنزالایمان: "اے ایمان والو اپنے قول پورے کرو تمہارے لئے حلال ہوئے بے زبان مویشی مگر وہ جو آگے سنایا جائے گا تم کو لیکن شکار حلال نہ سمجھو جب تم احرام میں ہو بے شک اللہ حکم فرماتا ہے جو چاہے"۔ (سورۃ المآئدہ، آیت ۱)

قرآن پاک میں مچھلی کے گوشت کا ذکر کرتے ہوئے ارشاد باری تعالیٰ ہوتا ہے کہ:

وَ هُوَ الَّذِیْ سَخَّرَ الْبَحْرَ لِتَاْكُلُوْا مِنْهُ لَحْمًا طَرِیًّا

ترجمۂ کنزالایمان: "اور وہی ہے جس نے تمہارے لئے دریا مسخر کیا کہ اس میں سے تازہ گوشت کھاتے ہو"۔ (سورۃ النحل، آیت ۱۴)

جنت کی نعمتوں کا ذکر کرتے ہوئے رب تعالیٰ ارشاد فرماتا ہے کہ

وَاَمْدَدْنٰهُمْ بِفَاكِهَةٍ وَّلَحْمٍ مِّمَّا يَشْتَهُوْنَ ۝۲۲

ترجمۂ کنزالایمان: "اور ہم نے ان کی مدد فرمائی میوے اور گوشت سے جو چاہیں"۔

(سورۃ الطور، آیت ۲۲)

دوسرے مقام پر پرندوں کے گوشت کا ذکر فرمایا:

وَلَحْمِ طَيْرٍ مِّمَّا يَشْتَهُوْنَ ۝۲۱

ترجمۂ کنزالایمان: اور پرندوں کا گوشت جو چاہیں۔ (سورۂ واقعۃ، ۲۱)

✿ احادیثِ مبارکہ کی روشنی میں

سیدنا رسول کریم (ﷺ) کی پسندیدہ غذاؤں میں بکری، اونٹ اور مچھلی کے گوشت کا شمار بھی ہوتا ہے علاوہ ازیں آپ (ﷺ) نے گوشت کی تعریف بھی فرمائی ہے گوشت کے ضمن میں بہت سی احادیث مبارکہ ہیں جن میں سے مختصر کا بیان کیا جاتا ہے۔

✿ بکری کا شانہ

حضور اکرم (ﷺ) نے گوشت کو پسند فرمایا ہے چنانچہ ایک حدیث میں ہے کہ جس کے راوی حضرت سیدنا عمرو بن امیہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ ہیں وہ فرماتے ہیں کہ:

"میں نے حضور انور (ﷺ) کو اس حالت میں دیکھا کہ آپ (ﷺ) کے دست مبارک میں بکری کا شانہ ہے اور اس سے گوشت کاٹ کر تناول فرما رہے ہیں آپ (ﷺ) کو نماز کے لئے بلایا گیا تو آپ (ﷺ) نے شانہ اور وہ چھری رکھ دی جس سے گوشت کاٹ رہے تھے پھر کھڑے ہوئے اور دوبارہ وضو کیے بغیر نماز پڑھی"۔ (بخاری شریف)

✿ کھانوں کا سردار

گوشت کی اہمیت کا ذکر کرتے ہوئے حضرت سیدنا ابو الدرداء رضی اللہ تعالیٰ عنہ روایت کرتے ہیں کہ نبی کریم (ﷺ) نے ارشاد فرمایا کہ:

"اہلِ دنیا اور اہل جنت کیلئے کھانوں کا سردار گوشت ہے"۔ (ابن ماجہ شریف)

⊛ بھنا ہوا گوشت

حضرت سیدنا عبداللہ بن الحارث الجزء الزبیدی رضی اللہ تعالیٰ عنہ بیان فرماتے ہیں کہ:

''ہم نے رسول اللہ (ﷺ) کے ہمراہ مسجد میں بھنا ہوا گوشت کھایا پھر اپنے ہاتھوں کو صاف کر کے دوبارہ بغیر وضو کئے نماز ادا کی''۔ (ابن ماجہ شریف)

⊛ دستی کا گوشت

حضور (ﷺ) کو پشت اور دست کا گوشت بہت زیادہ پسند تھا چنانچہ ایک حدیث ہے جس کے راوی حضرت سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ ہیں آپ ارشاد فرماتے ہیں کہ:

''ایک روز رسول اللہ (ﷺ) کی بارگاہ اقدس میں گوشت آیا وہ دستی کا تھا کیونکہ وہ آپ کو بہت پسند تھا آپ (ﷺ) اس میں سے دانتوں کے ساتھ توڑ کر تناول فرمارہے تھے''۔ (ترمذی شریف)

⊛ بکری کا گوشت

حضرت سیدنا مغیرہ بن شعبہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ بیان فرماتے ہیں کہ:

''میں ایک رات حضور (ﷺ) کے پاس مہمان تھا آپ (ﷺ) نے میرے لئے بکری کے گوشت کے ایک حصہ کو بطور خاص بھنوایا اور پھر اس میں سے چھری کے ساتھ کاٹ کاٹ کر مجھے عنایت کرتے جاتے تھے''۔ (ترمذی شریف)

⊛ مرغی کا گوشت

حضرت سیدنا زہدم الجرمی رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ میں حضرت سیدنا ابو موسیٰ اشعری رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے پاس تھا ان کے پاس کھانے میں مرغی کا گوشت آیا مجمع میں سے ایک شخص پیچھے ہٹ گیا حضرت ابو موسیٰ اشعری رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے اس سے ہٹنے کی وجہ پوچھی تو اس نے کہا کہ میں نے مرغی کو گندگی کھاتے ہوئے دیکھا ہے اس لئے میں نے مرغی نہ کھانے کی قسم کھا رکھی ہے حضرت سیدنا ابو موسیٰ اشعری رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا کہ

آؤ اور بلا تکلف کھاؤ کیونکہ میں نے خود حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کو مرغی کا گوشت تناول فرماتے ہوئے دیکھا ہے"۔ (شمائل ترمذی)

⊛ بکری کا گوشت تناول فرمانا

حضرت سیدنا جابر رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ ایک مرتبہ حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) ایک انصاری خاتون کے مکان پر تشریف لائے میں بھی حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کے ہمراہ تھا انہوں نے حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کے لئے بکری ذبح کی، حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے اس میں سے کچھ تناول فرمالیا اور اس کے بعد کھجور کی چنگیر میں کچھ تازہ کھجوریں لائی گئیں حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے اس میں سے بھی کچھ تناول فرمالیا پھر نماز ظہر کیلئے حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے وضو کیا اور نماز پڑھی پھر واپس تشریف لائے تو انہوں نے بچا ہوا گوشت سامنے رکھا حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے اس کو تناول فرمایا اور نماز عصر کے لئے دوبارہ وضو نہیں کیا اسی پہلے وضو سے نماز ادا فرمائی"۔ (ترمذی شریف)

⊛ پشت کا گوشت

حضرت سیدنا عبداللہ بن جعفر رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے فرمایا کہ:

"پشت کا گوشت بہترین گوشت ہے"۔ (ترمذی شریف)

⊛ بونگ کا گوشت

حضرت سیدنا ابوعبید رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ میں نے حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کے لئے ہنڈیا پکائی چونکہ حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کو بونگ کا گوشت زیادہ پسند تھا اس لئے میں نے ایک بونگ پیش کی پھر حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے دوسری طلب فرمائی میں نے دوسری پیش کی پھر حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے مزید طلب فرمائی میں نے عرض کیا کہ یارسول اللہ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) بکری کی دو ہی بونگیں ہوتی ہیں۔ حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے فرمایا کہ "اس ذات پاک کی قسم جس کے قبضہ قدرت میں میری جان ہے اگر تم خاموش رہتے تو میں جب تک مانگتا رہتا اس دیگچی میں سے بونگیں نکلتی رہتیں"۔ (شمائل ترمذی، ج ۱ص ۱۴۱)

❁ مسجد میں گوشت کھانا

حضرت سیدنا عبداللہ بن حارث رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ ہم نے سیدنا رسول اللہ (ﷺ) کے ساتھ مسجد میں بھنا ہوا گوشت کھایا"۔ (ترمذی شریف)

❁ حباری کا گوشت

حضرت سیدنا سفینہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ میں نے سیدنا رسول کریم (ﷺ) کے ساتھ حباری (ایک پرندہ) کا گوشت کھایا ہے"۔ (ترمذی شریف)

❁ بہترین سالن

حضرت سیدنا بریدہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے ایک مرفوع حدیث مروی ہے کہ سیدنا رسول کریم (ﷺ) نے فرمایا کہ:

"دنیا اور آخرت کا بہترین سالن گوشت ہے"۔ (بیہقی)

❁ خشک گوشت

حضرت سیدنا ثوبان رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ فرماتے ہیں کہ ہم نے سیدنا رسول کریم (ﷺ) کے لئے ایک بکری ذبح کی ہم مسافر تھے آپ (ﷺ) نے فرمایا کہ اس کے گوشت کو خشک کرلو چنانچہ گوشت خشک کرلیا گیا اور ہم مدینہ طیبہ تک برابر کھاتے رہے"۔ (سنن ابوداؤد شریف)

اس کے علاوہ بھی اکثر احادیث مبارکہ میں گوشت کا تذکرہ موجود ہے حلال جانور کی اوجڑی بھی کھائی جاتی ہے مگر حضور (ﷺ) نے اسے پسند نہیں فرمایا حلال جانور کے پائے کو پسند فرماتے تھے گوشت جسم کو طاقت پہنچاتا ہے مگر اس کا زیادہ استعمال نقصان دہ بھی ہوسکتا ہے اس لئے سرور کائنات (ﷺ) نے گوشت کو ہر روز کھانے اور زیادہ مقدار میں استعمال کرنے سے منع فرمایا ہے۔

گوشت قوتِ سماعت کو بڑھاتا ہے

نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ارشاد فرمایا: گوشت کانوں کی سماعت بڑھاتا ہے اگر میں اللہ تعالیٰ سے سوال کرتا کہ مجھے روزانہ گوشت عطا کرے تو عنایت فرماتا (ملخصاً اتحاف السادۃ)

گوشت کھانے کی ایک ادا

سرکار صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم جب گوشت تناول فرماتے تو اس کی طرف سرِ اقدس کو نہ جھکاتے (ملخصاً اتحاف السادۃ) بلکہ اس کو اپنے دہن (منہ) مبارک کی طرف اُٹھاتے اور پھر دندان مبارک سے کاٹتے۔ (ملخصاً جامع ترمذی)

گردے اور تلی سے نفرت کا اظہار

سرکار صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم گردے (کھانا) ناپسند فرماتے تھے کیوں کہ وہ پیشاب کے قریب ہوتے ہیں (ملخصاً کنز العمال) سرکار صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو تلی (کھانے سے) نفرت تھی مگر اس کو حرام قرار نہیں دیا۔ (ملخصاً اتحاف السادۃ)

✿ گوشت کی طبی افادیت

مختلف جانوروں اور پرندوں کے گوشت میں طبی نقطہ نگاہ سے الگ الگ طبی خواص پائے جاتے ہیں حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے گوشت کو تمام کھانوں کا سردار قرار دیا ہے اور یہ بھی فرمایا ہے کہ گوشت دنیا اور آخرت کا بہترین سالن ہے آپ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے گوشت کی افادیت کا تذکرہ بھی فرمایا ہے خود بھی شوق سے تناول فرماتے تھے اور دوسروں کو بھی کھلاتے تھے حضرت ابوذر غفاری رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے ارشاد فرمایا کہ جب تم سالن پکاؤ تو اس میں پانی ذرا زیادہ ڈال دیا کرو اور اس کا کچھ حصہ اپنے ہمسایوں کو بھی بھیج دیا کرو۔

حضور (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے گوشت کو ہر طریقے سے پسند فرمایا ہے گوشت کی طبی طور خاصیتوں کے بارے میں قدیم اور جدید دور کے طبی ماہرین نے تحقیق کے بعد جو نتائج اخذ

کیے ہیں ان کے مطابق گوشت بے شمار خوبیوں کا حامل ہے۔

قوتِ بینائی، اور جسم کی ستر طاقتیں

محمد بن واسع رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ گوشت کو کھانے سے بینائی تیز ہوتی ہے

امام زہری رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ فرماتے ہیں کہ گوشت کو کھانے سے جسم کو ستر طاقتیں ملتی ہیں۔

بکری، گائے، مرغ کے گوشت سے متعلق کچھ معلومات

گوشت کو زیادہ دیر تک گھی میں پکانے سے اس کی افادیت میں کمی آجاتی ہے۔ بکرے کا گوشت صحت کے لئے مفید ہے یہ صالح خون پیدا کرتا ہے جسم کو توانائی دیتا ہے قوت باہ میں مفید ہے جسم سے کمزوری اور سستی دور کرتا ہے گائے کا گوشت عرق النساء اور جوڑوں کے درد میں مضر ثابت ہوا ہے جبکہ اس کے زیادہ استعمال سے مسوڑھوں کے امراض پیدا ہوجاتے ہیں اس سے جو خون پیدا ہوتا ہے وہ فاسد ہوتا ہے یہ زود ہضم ہوتا ہے مگر ہاضمہ کو خراب کرتا ہے اونٹ کا گوشت گٹھیا (جوڑوں کا درد) کے مرض میں فائدہ دیتا ہے پیشاب کی رکاوٹوں کو دور کرتا ہے اس کی چربی کا لیپ بواسیر کے مرض میں افاقہ کرتا ہے بخار کی حالت میں اونٹ کا گوشت فائدہ دیتا ہے عرق النساء میں مفید ہے کولہے کے درد کو دور کرتا ہے یرقان (Jaundice) کی حالت میں اونٹ کا گوشت کھانا فائدہ مند ہے۔

مرغ کا گوشت جلد ہضم ہوکر خون کی پیدائش کرتا ہے جسم کو قوت بخشتا ہے یرقان کے مرض میں فائدہ مند ہے یاداشت کو تیز کرتا ہے دماغ کو درست رکھتا ہے حلق کی بیماریوں میں مفید ہے آواز کو نکھارتا ہے مرغی کی کھال اتار کر گرم گرم اور تازہ گوشت سانپ کے کاٹے ہوئے متاثرہ جسم کے حصے پر رکھنے سے درد میں افاقہ ہوتا ہے سرسام میں فائدہ دیتا ہے قُولنج (بڑی انتڑی کا درد) کے مرض میں مفید ہے بطخ کا گوشت ریح کو دور کرتا ہے گردوں کے درد میں مفید ہے گردوں کو قوت بخشتا ہے قوت باہ میں مفید ہے جسم کو تقویت دیتا ہے مور کا گوشت گو کہ ثقیل اور بدذائقہ ہوتا ہے مگر جن افراد کے ہاتھ پاؤں سوکھ جاتے ہیں ان کے لئے فائدہ

مند ہے مور کے گوشت کا شوربہ پسلیوں کی درد میں مفید ہے نمونیہ کی حالت میں اس کی یخنی فائدہ دیتی ہے مور کا گوشت معدہ کو تقویت دیتا ہے خرگوش کا گوشت بواسیر کے مرض میں فائدہ دیتا ہے دل اور معدہ کو قوت بخشتا ہے تپ دق (ٹی بی، پرانا بخار جو عموماً پھیپھڑوں کے خراب ہونے کی وجہ سے آتا ہے) کی حالت میں فائدہ دیتا ہے یرقان (Jaundice) کے مرض میں نافعہ ہے بخار کی حالت میں افاقہ کرتا ہے خرگوش کا گوشت فالج کے مریضوں کے لئے فائدہ مند ہے اس کے گوشت کی یخنی جوڑوں کے درد میں مفید ہے بٹیر کا گوشت قابض ہوتا ہے مگر معدے کو قوت بخشتا ہے تپ دق کے مرض میں مفید ہے جسم کے تمام اعضاء کو طاقت دیتا ہے جن افراد کو بھوک نہ لگتی ہو ان کے لئے بٹیر کا گوشت کھانا مفید ہے اس کے کھانے سے بھوک میں اضافہ ہو جاتا ہے ہاضمہ کو قوت بخشتا ہے تیتر کا گوشت دماغی کام کرنے والوں کیلئے مفید ہے یہ اکثر دماغی امراض میں فائدہ دیتا ہے یادداشت کو تیز کرتا ہے دل کو تقویت پہنچاتا ہے چڑیا کا گوشت معدہ اور دل دونوں کے لئے فائدہ مند ہے دل کو سکون دیتا ہے جسم کو قوت دیتا ہے مرغابی کا گوشت قابض ہوتا ہے کھانسی میں آرام پہنچاتا ہے یرقان (Jaundice) کی حالت میں مفید ہوتا ہے تپ دق اور بخار کے عارضہ میں فائدہ دیتا ہے۔ حضور (ﷺ) بکری کے گوشت میں سے دستی کو پسند فرماتے تھے کیونکہ اس میں بے شمار بیماریوں سے شفا ہے حضرت علی کرم اللہ تعالیٰ وجہہ الکریم کا فرمان ہے کہ گوشت رنگت نکھارتا ہے اس کے کھانے سے انسان میں خوش خلقی پیدا ہوتی ہے۔ خرگوش کا گوشت گردوں کے مرض میں فائدہ دیتا ہے گردوں میں پیدا شدہ پتھری کو خارج کرتا ہے ہرن کا گوشت جسم کو طاقت دیتا ہے اس کے گوشت کی یخنی نزلہ وزکام کو دور کرتی ہے کبوتر کا گوشت اعصاب کو قوت دیتا ہے سکتہ کی حالت میں مفید ہے کبوتر کا گوشت کھانے سے جسمانی کمزوری دور ہو جاتی ہے۔

حکیم جالینوس کے مطابق جانور کے جسم کا دایاں حصہ بائیں سے زیادہ فائدہ مند ہوتا ہے چربی والے اور موٹے جانور کا گوشت دیر سے ہضم ہوتا ہے اور اس میں غذائیت بھی کم ہوتی ہے، اور سب سے اچھا گوشت دبلے جانور کا ہوتا ہے۔

مچھلی

حضور اکرم (ﷺ) نے مچھلی کے گوشت کو پسند فرمایا ہے۔ دنیا کے سمندروں اور دریاؤں میں مچھلیوں کی بے شمار اقسام پائی جاتی ہیں زمانہ قدیم سے ہی انسان نے مچھلی کو اپنی غذا کے طور پر استعمال کرنا شروع کر دیا تھا۔ مچھلی چونکہ سمندروں اور دریاؤں میں عام ہوتی ہے اس لئے اللہ تعالیٰ نے قرآن پاک میں سمندر و دریا سے حاصل ہونے والے گوشت کا تذکرہ کر کے گویا مچھلیوں کا بیان فرما دیا ہے۔

شارک (Shark) و وہیل (Whale) مچھلی کھانا بھی حلال ہے

فقہ حنفی میں دریائی جانوروں میں سے صرف مچھلی حلال ہے۔ شارک (Shark) (Voracious fish with sharp teeth). اور وہیل (Whale) big water mammal بھی ایک قسم کی بڑی مچھلیاں ہیں، "المنجد" میں جو اس کی تصویر ہے وہ بالکل مچھلی کی ہے۔ Oxford Dictionary میں بھی ان کو مچھلی لکھا ہے، اور جو تصویر بنی ہوئی ہے وہ بھی مچھلی کی ہے۔ اردو کی مشہور و معروف لغت کی کتاب "فیروز اللغات" میں بھی ان کو مچھلی لکھا ہے۔

علامہ کمال الدّین الدمیری علیہ رحمۃ "حیاۃ الحیوان" میں فرماتے ہیں: "البال" اور "جَمَلُ البَحر" اس بڑی مچھلی کو کہتے ہیں جس کی لمبائی پچاس گز ہوتی ہے۔ اور امام القزوینی کے حوالے سے فرماتے ہیں: کہ البال وہ مچھلی جس کی لمبائی پانچ سو گز ہوتی ہے۔ اور لوگ اسے "عنبر" بھی کہتے ہیں۔ اور "البال" اور "جَمَلُ البَحر" کا معنیٰ "مصباح اللغات" میں "ویل مچھلی" لکھا ہے۔ اسی عنبر نامی مچھلی جس کو البال ورعنبر کہتے ہیں، صحابہ کرام علیہم الرضوان اور حضور پاک ﷺ سے کھانا ثابت ہے۔ اور یہ روایت "صحیح مسلم" (ج ۲ ص ۱۴۷، طبع دار ابن حزم بیروت) میں موجود ہے۔ اسی طرح "القطاء" "الالیس" وغیرہ کا شمار بھی بڑی مچھلیوں میں ہوتا ہے۔ "القطاء" کے بارے میں تو یہ لکھا ہوا ہے کہ یہ ایک

بہت ہی بڑی مچھلی ہے اس کی پسلی کی ہڈی اتنی بڑی اور موٹی ہوتی ہے کہ اس سے عمارتیں، پل وغیرہ بنائے جاتے تھے۔ لہٰذا معلوم ہوا کہ شارک اور وہیل یہ دونوں مچھلیاں ہیں اور مچھلی کھانا حلال ہے۔

جھینگا کھانے سے بچنا بہتر ہے

اعلٰیحضرت رحمۃ اللہ علیہ ''احکام شریعت'' میں فرماتے ہیں: جھینگے کی صورت عام مچھلیوں سے بالکل جدا اور کنکھجے وغیرہ کیڑوں سے بہت مشابہ ہے۔ بہر حال بے ضرورت بچنا ہی اولیٰ (یعنی بہتر) ہے۔ (احکام شریعت، صفحہ ۱۳۱ طبع بک کارنر پبلشرز جہلم)

❁ قرآنِ پاک کی روشنی میں

اللہ تعالیٰ نے انسانوں کے لئے خوراک کی ضروریات پوری کرنے کی غرض سے سمندر کے شکار کا کھانا حلال قرار دیا ہے چنانچہ قرآن پاک کی سورۃ المآئدۃ میں ارشاد باری تعالیٰ ہوتا ہے کہ

اُحِلَّ لَكُمْ صَيْدُ الْبَحْرِ وَطَعَامُهٗ مَتَاعًا لَّكُمْ وَلِلسَّيَّارَةِ

ترجمۂ کنز الایمان: حلال ہے تمہارے لئے دریا کا شکار اور اس کا کھانا تمہارے اور مسافروں کے فائدے کو''۔ (سورۂ مآئدۃ، آیت ۹۶)

قرآن کریم میں دوسرے مقام پر مچھلی کا ذکر یوں فرمایا:

وَهُوَ الَّذِیْ سَخَّرَ الْبَحْرَ لِتَاْكُلُوْا مِنْهُ لَحْمًا طَرِیًّا

ترجمۂ کنز الایمان: اور وہی ہے جس نے تمہارے لئے دریا مسخر کیا کہ اس میں سے تازہ گوشت کھاتے ہو۔ (سورۂ نحل، آیت ۱۴)

قرآن پاک میں مچھلی کا تذکرہ حضرت سیدنا موسیٰ علیہ السلام کے واقعہ میں سورۃ الکہف میں وارد ہوا ہے چنانچہ ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ:

فَلَمَّا بَلَغَا مَجْمَعَ بَیْنِهِمَا نَسِیَا حُوْتَهُمَا فَاتَّخَذَ سَبِیْلَهٗ فِی الْبَحْرِ سَرَبًا ﴿۶۱﴾

ترجمۂ کنز الایمان: ''پھر جب وہ دونوں ان دریاؤں کے ملنے کی جگہ پہنچے اپنی مچھلی بھول گئے اور اس نے سمندر میں اپنی راہ لی سرنگ بناتی''۔ (سورۂ کہف، آیت ۶۱)

اسی طرح سورۃ الاعراف میں بھی مچھلی کا تذکرہ بیان کیا گیا ہے بنی اسرائیل اپنی نت نئی شرارتوں کے ساتھ پیغمبروں کو تنگ کیا کرتے تھے اللہ تعالیٰ نے ان پر بے شمار عنایات اور نوازشیں بھی کی تھیں مگر وہ بڑے ہی ناشکرے تھے اور بہت ہی بے صبرے واقع ہوئے تھے اللہ تعالیٰ کی طرف سے بنی اسرائیل کو یہ وعید سنائی گئی تھی کہ وہ ہفتے کے روز مچھلیاں نہ پکڑا کریں چنانچہ وہ جب ہفتے کے روز دریا پر جاتے تو ان کو خوب بڑی تعداد میں مچھلیاں نظر آتی تھیں لیکن جب وہ باقی دنوں میں مچھلیاں پکڑنے جاتے تو ان کو دریا میں کوئی بھی مچھلی نظر نہ آتی تھی یہ سب رب کائنات کی قدرت تھی اس سے ان کا امتحان لینا مقصود تھا مگر بنی اسرائیل اس آزمائش پر پورے نہ اترے اور نقصان اٹھایا چنانچہ اسی واقعہ کی طرف اشارہ کرتے ہوئے سورۃ الاعراف میں ارشاد باری تعالیٰ ہوتا ہے کہ

وَسْئَلْهُمْ عَنِ الْقَرْيَةِ الَّتِيْ كَانَتْ حَاضِرَةَ الْبَحْرِ ۘ اِذْ يَعْدُوْنَ فِي السَّبْتِ اِذْ تَاْتِيْهِمْ حِيْتَانُهُمْ يَوْمَ سَبْتِهِمْ شُرَّعًا وَّيَوْمَ لَا يَسْبِتُوْنَ ۙ لَا تَاْتِيْهِمْ ۚ كَذٰلِكَ ۚ نَبْلُوْهُمْ بِمَا كَانُوْا يَفْسُقُوْنَ ﴿۱۶۳﴾

''اور ان سے حال پوچھو اس بستی کا کہ دریا کنارے تھی جب وہ ہفتے کے بارے میں حد سے بڑھتے جب ہفتے کے دن ان کی مچھلیاں پانی پر تیرتی ان کے سامنے آتیں اور جو دن ہفتے کا نہ ہوتا نہ آتیں اس طرح ہم انہیں آزماتے تھے ان کی بے حکمی کے سبب''۔

(سورۂ اعراف، آیت ۱۶۳)

سمندروں اور دریاؤں میں مچھلی کثرت سے ہوتی ہے چنانچہ اللہ تعالیٰ نے قرآن مجید میں سمندر اور دریا سے حاصل ہونے والے گوشت کا تذکرہ کر کے گویا مچھلیوں کا بیان فرمایا ہے چنانچہ سورۂ فاطر میں ارشاد باری تعالیٰ ہوتا ہے کہ

وَمَا يَسْتَوِي الْبَحْرٰنِ ۖ هٰذَا عَذْبٌ فُرَاتٌ سَآئِغٌ شَرَابُهٗ وَهٰذَا مِلْحٌ اُجَاجٌ ؕ وَمِنْ كُلٍّ تَاْكُلُوْنَ لَحْمًا طَرِيًّا وَّتَسْتَخْرِجُوْنَ حِلْيَةً تَلْبَسُوْنَهَا ۚ وَتَرَى الْفُلْكَ فِيْهِ مَوَاخِرَ لِتَبْتَغُوْا مِنْ فَضْلِهٖ وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُوْنَ ﴿۱۲﴾

ترجمۂ کنزالایمان: ''اور دونوں سمندر ایک سے نہیں یہ میٹھا ہے خوب میٹھا جس کا پانی خوشگوار اور یہ کھاری ہے تلخ اور ہر ایک میں سے تم کھاتے ہو تازہ گوشت اور نکالتے ہو پہننے کا ایک گہنا اور تو کشتیوں کو اس میں دیکھے کہ پانی چیرتی ہیں تا کہ تم اس کا فضل تلاش کرو اور کسی طرح حق مانو''۔

(سورۂ فاطر، آیت ۱۲)

❁ احادیثِ مبارکہ کی روشنی میں

حضور اکرم (ﷺ) کی پیاری غذاؤں میں مچھلی کا بھی شمار ہوتا ہے احادیثِ مبارکہ میں یہ تذکرہ ملتا ہے کہ آپ (ﷺ) نے مچھلی کا تازہ گوشت پسندیدگی کے ساتھ قبول فرمایا ہے اسلامی تعلیمات کی رو سے کسی بھی حلال جانور اور پرندے کو ذبح کر کے کھانے کے لئے استعمال میں لایا جاتا ہے مگر مچھلی کا معاملہ اس سے یکسر مختلف ہے حضرت سیدنا عبداللہ بن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہما سے روایت ہے کہ:

رسول اللہ (ﷺ) نے فرمایا کہ ہمارے لئے دو مردے حلال ہیں اور دو خون۔ مُردے سے مراد مچھلی اور ٹڈی اور خون سے مراد کلیجی اور تلی ہیں۔''

(ابن ماجہ شریف)

❁ عنبر نامی مچھلی

حضرت سیدنا جابر بن عبداللہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ فرماتے ہیں کہ حضور اکرم (ﷺ) نے ہمیں تین سو سواروں کے ساتھ بھیجا اور ہمارے کمانڈر حضرت سیدنا ابو عبیدہ بن الجراح رضی اللہ تعالیٰ عنہ تھے جب ہم سمندر کے ساحل تک پہنچے تو ہمیں شدید بھوک محسوس ہوئی اور اس بھوک میں ہم نے درختوں کے پتے جھاڑ کر کھائے اتفاق سے سمندر کی موجوں نے عنبر نامی مچھلی کو پھینکا جس کو ہم نے پندرہ دن تک کھایا اور اس کی چربی سے شوربہ تیار کیا جس سے ہمارے جسم فربہ ہو گئے حضرت ابو عبیدہ بن الجراح نے اس مچھلی کی ایک پسلی کو کھڑا کیا اور ایک شخص کو اونٹ پر سوار کر کے اس پسلی کی کمان کے نیچے سے گزارا تو وہ اس کے نیچے سے آسانی کے ساتھ گزر گیا۔ اور ہم نے اس کے خشک گوشت کے ٹکڑے

بطور زادِراہ ساتھ رکھ لئے۔ جب ہم مدینۂ منورہ پہنچے تو سرکار مدینہ (ﷺ) کی خدمت میں حاضر ہوئے اور آپ (ﷺ) سے اس کا ذکر کیا۔ تو آپ (ﷺ) نے فرمایا: وہ رزق تھا جو اللہ تعالیٰ نے تمہارے لیے پیدا فرمایا۔ کیا تمہارے پاس اس گوشت میں سے کچھ ہے؟ (اگر ہو تو) ہمیں بھی کھلاؤ۔ ہم نے حضور پاک (ﷺ) کی خدمت میں اس (مچھلی) کا گوشت بھیجا تو آپ (ﷺ) نے تناول فرمایا۔ (صحیح مسلم، ج ۲ ص ۱۴۷)

❁ مچھلی کی طبی افادیت

مچھلی سے بے شمار غذائی طبی اور دیگر فوائد حاصل کئے جاتے ہیں سمندر کی بڑی بڑی مچھلیوں کا وزن ٹنوں کے حساب سے ہوتا ہے ان سے تیل، چربی، گوشت، ہڈیاں حاصل کی جاتی ہیں جن کو مختلف طریقوں سے انسانی استعمال کے قابل بنا کر کام میں لایا جاتا ہے مچھلیوں کی چونکہ لاتعداد اقسام پائی جاتی ہیں اس لئے اطباء کرام نے ان کے الگ الگ طبی خواص کا تذکرہ کیا ہے لیکن ان سب میں ایک قدر مشترک ہے وہ یہ ہے کہ مچھلی انسانی جسم کو طاقت اور توانائی پہنچانے کے ساتھ ساتھ جسم کی تمام غذائی ضروریات کو پوری کرتی ہے۔

مچھلی سے مختلف بیماریوں کا علاج

معدہ اور آنتوں کی سوزش یا کسی بھی قسم کا تازہ زخم مچھلی کے کھانے سے آہستہ آہستہ ختم ہو جاتا ہے بعض مچھلیوں کی اقسام طبی طور پر انسانی جسم پر بڑے اچھے اثرات ڈالتی ہیں مثلاً دل کو تقویت دے کر دماغی صلاحیتوں میں اضافہ کرتی ہیں جلد ہضم ہو جاتی ہیں معدے کو درست رکھتی ہیں یاداشت کو تیز کرتی ہیں اکثر مچھلیاں تمام جسمانی کمزوریوں کو دور کر دیتی ہیں مچھلیوں کی ایک قسم موروفش ہے یہ عورتوں کے لئے بہت مفید ہے جن ماؤں کے دودھ میں کمی واقع ہو اس کے کھانے سے دودھ کی مقدار میں اضافہ ہو جاتا ہے جسم کو طاقت ملتی ہے اور جسم میں گوشت کو پیدا کرتی ہے۔

سرد مزاج والے افراد کے لئے مچھلی کھانا بہت مفید ہے گردے کے امراض میں بھی مچھلی فائدہ دیتی ہے کالی کھانسی، دق (ٹی بی)، پرانا بخار جو عموماً پھیپھڑوں کے خراب ہونے کی

وجہ سے آتا ہے)اور دیگر بلغمی امراض میں مچھلی کے استعمال سے فائدہ ہوتا ہے مچھلی کو کسی بھی طرح سے پکا کر، تل کر، یا سینک کر یا بھون کر کھانے سے طبی خواص میں فرق نہیں پڑتا۔

رہو مچھلی کھانے سے دل کو تقویت ملتی ہے توانائی میں اضافہ ہوتا ہے صاف چلتے ہوئے پانی میں پائی جانے والی رہو کا ذائقہ بہت اچھا ہوتا ہے بام مچھلی زود ہضم ہوتی ہے نظام ہضم کو درست رکھتی ہے سنگھی مچھلی جلد ہضم ہو جاتی ہے قوت باہ کو تحریک دیتی ہے جسم کو تقویت دیتی ہے مہاشیر مچھلی منہ اور حلق کے امراض میں فائدہ مند ثابت ہوتی ہے بلغم کو خارج کرتی ہے اور بلغمی امراض میں فائدہ پہنچاتی ہے کمزور اور لاغر جسم والے بچوں کو مچھلی کے تیل کی مالش کرنے سے فائدہ ہوتا ہے ہڈیوں کی سوزش، جوڑوں کے درد اور ورم کی حالت میں دیگر جلدی امراض میں مچھلی کے تیل کی مالش اکسیر کی حیثیت رکھتی ہے اندھراتے کے مرض میں مچھلی کا تیل پینے سے فائدہ ہوتا ہے آنکھوں کی اندرونی جلد کی سوزش کو دور کرنے کے لئے مچھلی کا تیل مفید ثابت ہوا ہے تازہ مچھلی کھانے سے جسم میں بیماریوں کے خلاف قوت مدافعت میں اضافہ ہوتا ہے جسم کو طاقت اور توانائی ملتی ہے پیٹ کے کھنچاؤ کو دور کرتی ہے آنتوں کے ورم کو ٹھیک کر کے پیٹ کو نرم کرتی ہے۔

...... مُنَقّٰی ......

منقّٰی کو عربی زبان میں (اَلزَّبِیبُ) اور انگریزی میں (Currant) کہتے ہیں۔ منقّٰی بڑے انگور کو سکھا کر بنایا جاتا ہے دنیا کے بیشتر ممالک میں انگور کی کاشت ہوتی ہے پاکستان میں بھی صوبہ سرحد اور صوبہ بلوچستان میں انگور کی کاشت ہوتی ہے انگور میٹھا اور خوش ذائقہ ہوتا ہے اور بڑے شوق سے اسے کھایا جاتا ہے۔ منقّٰی کی مٹھاس کا بھی اپنا ہی ایک ذائقہ ہوتا ہے۔

قرآن وحدیث کی روشنی میں

قرآن پاک میں بھی انگور کا تذکرہ آیا ہے حضور (ﷺ) کی پیاری غذاؤں میں منقّٰی کا ذکر احادیث میں آیا ہے جس میں حضور (ﷺ) نے منقّٰی کو پسند فرمایا ہے قرآن پاک

ہیں انگور سے متعلق اللہ تعالیٰ ارشاد فرماتا ہے کہ

هُوَ الَّذِيْٓ اَنْزَلَ مِنَ السَّمَآءِ مَآءً لَّكُمْ مِّنْهُ شَرَابٌ وَّمِنْهُ شَجَرٌ فِيْهِ تُسِيْمُوْنَ ﴿۱۰﴾ يُنْۢبِتُ لَكُمْ بِهِ الزَّرْعَ وَالزَّيْتُوْنَ وَالنَّخِيْلَ وَالْاَعْنَابَ وَمِنْ كُلِّ الثَّمَرٰتِ ۭ اِنَّ فِيْ ذٰلِكَ لَاٰيَةً لِّقَوْمٍ يَّتَفَكَّرُوْنَ ﴿۱۱﴾

ترجمۂ کنزالایمان: ''وہی ہے جس نے آسمان سے پانی اتارا اس سے تمہارا پینا ہے اور اس سے درخت ہیں جن سے چَراتے ہو اس پانی سے تمہارے لئے کھیتی اگاتا ہے اور زیتون اور کھجور اور انگور اور ہر قسم کے پھل بیشک اس میں نشانی ہے دھیان کرنے والوں کو''۔ (سورۃ النحل، آیت ۱۱)

❁ جنت کی نعمت

قرآن پاک کی سورۃ النبا میں بھی اللہ تعالیٰ نے انگور کا تذکرہ فرمایا ہے جنت کی نعمتوں کا ذکر کرتے ہوئے ارشاد باری تعالیٰ ہوتا ہے کہ

اِنَّ لِلْمُتَّقِيْنَ مَفَازًا ﴿۳۱﴾ حَدَآئِقَ وَاَعْنَابًا ﴿۳۲﴾ وَّكَوَاعِبَ اَتْرَابًا ﴿۳۳﴾ وَّكَاْسًا دِهَاقًا ﴿۳۴﴾

ترجمۂ کنزالایمان: ''بے شک ڈر والوں کو کامیابی کی جگہ ہے باغ ہیں اور انگور اور اٹھتے جوبن والیاں ایک عمر کی اور چھلکتا جام''۔ (سورۃ النبا، آیت ۳۱ تا ۳۴)

❁ اہلِ عقل کے لئے دلیل

قرآن حکیم میں ارشاد باری تعالیٰ ہوتا ہے کہ

وَمِنْ ثَمَرٰتِ النَّخِيْلِ وَالْاَعْنَابِ تَتَّخِذُوْنَ مِنْهُ سَكَرًا وَّرِزْقًا حَسَنًا ۭ اِنَّ فِيْ ذٰلِكَ لَاٰيَةً لِّقَوْمٍ يَّعْقِلُوْنَ ﴿۶۷﴾

ترجمۂ کنزالایمان: اور کھجور اور انگور کے پھلوں میں سے کہ اس سے نبیذ بناتے ہو اور اچھا رزق بیشک اس میں نشانی ہے عقل والوں کو''۔ (سورۃ النحل، آیت ۶۷)

❁ فرمان نبوی ﷺ

حضور اکرم (ﷺ) ہر غذا کی طبی افادیت کا ذکر ضرور فرمایا کرتے تھے مثلی کے

بارے میں بھی حضور (ﷺ) نے انسانی جسم پر اچھے اثرات مرتب کرنے کا تذکرہ اکثر احادیث میں فرمایا ہے حضرت سیدنا علی کرم اللہ تعالیٰ وجہہ الکریم روایت کرتے ہیں کہ حضور اکرم (ﷺ) نے فرمایا کہ:

''تمہاری افادیت کے لئے منقّی موجود ہے یہ رنگت کو نکھارتا ہے بلغم کو خارج کرتا ہے اعصاب کو مضبوط بناتا ہے کمزوری کو رفع کرتا ہے مزاج کو خوشگوار بناتا ہے سانس کو خوشبودار بناتا ہے اور غم کو دور کرتا ہے''۔ (ابونعیم)

✪ منقّی کے اکیس دانے

حضرت علی کرم اللہ تعالیٰ وجہہ الکریم ہی اس حدیث کے راوی ہیں کہ نبی کریم (ﷺ) نے ارشاد فرمایا کہ:

''جس نے ہر روز سرخ منقّی کے اکیس دانے کھائے وہ ان تمام امراض سے بچا رہے گا جن سے خوف لگتا ہے''۔ (ابونعیم)

✪ منقّی کے گودے میں شفا

حضرت ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہما روایت کرتے ہیں کہ نبی کریم (ﷺ) نے فرمایا کہ:

''منقّی کھایا کرو لیکن اس کا چھلکا اتار دیا کرو اس لئے اس کے چھلکے میں بیماری اور گودے میں شفا ہے''۔ (ذہبی)

منقّی کا شربت

حضرت سیدنا عبد اللہ ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہما سے مروی ہے کہ سیدنا رسول کریم (ﷺ) کے لئے منقّی بھگو دیا جاتا تھا وہ اس شربت کو اس روز پیتے اگلے روز پیتے اور بعض اوقات اس کے اگلے روز۔ (ابوداؤد شریف)

✪ منقّی اور کھجور

حضرت سیدنا جابر بن عبد اللہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ منقّی اور کھجور کو بیک وقت

کھانے سے منع فرمایا گیا ہے۔(ابوداؤد شریف)

منقیٰ کے طبی فوائد

اکثر احادیث میں یہ بھی آیا ہے کہ حضور (ﷺ) منقیٰ کو پانی میں بھگو کر شربت بنا کر نوش فرمایا کرتے تھے خود بھی نوش فرماتے تھے اور صحابہ کرام رضی اللہ عنہم کو بھی پینے کو دیتے تھے احادیثِ مبارکہ میں منقیٰ کی غذائی اور شفائی خاصیتوں کا ذکر ملتا ہے قدیم اور جدید ماہرینِ طب نے بھی منقیٰ کی طبی افادیت پر روشنی ڈالی ہے۔

معدہ کی گرمی، غصہ کی زیادتی، ناخنوں اور اعصاب کی کمزوری، پھیپھڑوں، مثانے، حلق اور گلے کے امراض کا علاج

تبخیر معدہ کی کیفیت انگوروں کے استعمال سے دور ہو جاتی ہے چھوٹے انگور کو سکھا کر کشمش بنائی جاتی ہے جبکہ بڑے انگور کو سکھا کر منقیٰ بنایا جاتا ہے کشمش سے زیادہ منقیٰ فائدہ مند ثابت ہوتا ہے غصہ کی حالت میں مبتلا افراد انگور کا استعمال کریں تو ان کی یہ حالت آہستہ آہستہ ختم ہو جاتی ہے یہ غصے کو ٹھنڈا کرتا ہے جسمانی اعصاب کو طاقتور بناتا ہے اس کے مسلسل استعمال سے چہرے کی رنگت نکھر جاتی ہے چہرے پر سرخی دوڑنے لگتی ہے انار کے ساتھ منقیٰ کا استعمال ہاضمہ کے لئے بڑا مفید ہے اگر انگور کا گودا ملتے ہوئے ناخنوں پر لگایا جائے تو ان کی کمزوری دور ہو جاتی ہے اور ملتے ہوئے ناخن مضبوط ہو جاتے ہیں بغیر بیج کے منقیٰ کا استعمال پھیپھڑوں کے لئے بہت فائدہ مند ہے اس کا استعمال نظام تنفس کو درست رکھتا ہے منقیٰ کا زیادہ استعمال جسم میں حدت پیدا کرتا ہے خون میں ٹھنڈک کی کیفیت کو دور کرتا ہے اور بدن میں توانائی پیدا کرتا ہے۔

منقیٰ کو پانی میں جوشاندہ کی طرح پکا کر خوب ابال لیں پھر اس پانی سے غرغرے کریں تو حلق میں موجود سوزش اور ورم دور ہو جاتے ہیں اس جوشاندے کو پینے سے نکسیر کا مرض جاتا رہتا ہے قے کی حالت میں اس کا استعمال فائدہ دیتا ہے یہی جوشاندہ پینے سے قبض جیسی

بیماری سے نجات مل جاتی ہے انگور کے کھانے سے اعضائے رئیسہ کو طاقت ملتی ہے جگر میں ٹھنڈک پیدا کرتا ہے اس کے استعمال سے جگر کی گرمی دور ہو جاتی ہے جگر کو تقویت حاصل ہوتی ہے فوری اور جلد ہضم ہونے والے پھلوں میں اس کا شمار ہوتا ہے۔ مٹی کے پیالے میں پانی ڈال کر اس میں رات کو منقّی بھگو دیا جائے اور صبح نہار منہ پینے سے دائمی قبض کو آرام آ جاتا ہے یہ سدوں کو کھول دیتا ہے پیٹ کے کھچاؤ کو ختم کرتا ہے آنتوں کا ورم دور کر کے ملائمت پیدا کرتا ہے جس سے اجابت کھل کر آتی ہے دل کے امراض میں انگور کھانا بہت مفید ثابت ہوا ہے اس کے کھانے سے دل کی کمزوری دور ہو جاتی ہے دل کو تقویت پہنچاتا ہے گھبراہٹ اور بے چینی کی کیفیت کو دور کرتا ہے قلب کو تسکین پہنچاتا ہے خفقان (گھبراہٹ، ایسا مرض جس میں دل کی دھڑکن بڑھ جاتی ہے) جیسے مرض میں انگوروں کا استعمال فائدہ دیتا ہے مالیخولیا (ایک قسم کا جنون، پاگل پن) کے مرض میں مبتلا افراد انگور کا استعمال کریں تو ان کو اس مرض سے نجات مل جاتی ہے پیٹ کی جملہ بیماریاں اس سے دور ہو جاتی ہیں انگور کے استعمال سے جسمانی تھکاوٹ جیسے عارضہ سے نجات مل جاتی ہے سستی اور بے چینی کی کیفیت کو دور کرتا ہے سانس کی بیماری میں بھی اس کا استعمال فائدہ دیتا ہے جسم میں چستی آ جاتی ہے اور معمولی معمولی کاموں سے تھکاوٹ کا احساس جاتا رہتا ہے انگور انسانی جسم کے لئے بہترین میوہ ہے اس کے بے شمار غذائی اور طبی فوائد ہیں جو جسم انسانی پر صحت مندانہ اثرات ڈالتے ہیں بیج کے بغیر منقّی کھانے سے زیادہ فائدہ ہوتا ہے اس کے استعمال سے تلی کا مرض دور ہو جاتا ہے یہ کمزور جسم والے افراد کو فربہ کرتا ہے ذہن کو طاقت ور بنانے کے لئے نہار منہ اس کا کھانا فائدہ دیتا ہے جسم سے زہریلے مادوں کو نکالنے کے لئے منقّی بہترین غذا ہے سینے سے بلغم کا اخراج کرتا ہے اگر روٹی کے ساتھ سالن کے طور پر انگور کھائے جائیں تو جسم کو پوری توانائی حاصل ہوتی ہے۔

انگور مثانے کی بیماریوں کو دور کرنے کے لئے بڑا مفید ثابت ہوا ہے مثانے کے امراض کے لئے جو کا پانی میں منقّی ابال کر ٹھنڈا کریں اور پھر نہار منہ پینے سے پیشاب کی رکاوٹ

دور ہو جاتی ہے پیشاب کھل کر آتا ہے مثانے میں ہونے والا درد بھی اس کے استعمال سے دور ہو جاتا ہے گردے سے پتھری نکالنے کے لئے بہترین دوا ہے انگور معدے کی گرمی کو دور کرتا ہے اور معدے کو طاقت پہنچاتا ہے معدے کی بے شمار خرابیاں اس کے استعمال سے دور ہو جاتی ہیں بادام کی گریاں رات کو بھگو دیں صبح ان کا چھلکا اتار دیں گریاں انگوروں کے ساتھ ملا کر کھانے سے خفقان (گھبراہٹ، ایسا مرض جس میں دل کی دھڑکن بڑھ جاتی ہے) کا مرض دور ہو جاتا ہے مالیخولیا (ایک قسم کا جنون، پاگل پن) کا مرض میں بھی اس سے فائدہ ہوتا ہے بادام کی گریوں کے ساتھ کھانے سے دماغ کو طاقت ملتی ہے مرض نسیان کے مریضوں کے لئے یہ ایک بہترین نسخہ ہے حافظے کی کمزوری اس سے دور ہو جاتی ہے یاداشت تیز ہو جاتی ہے ہیجان کی کیفیت جاتی رہتی ہے اگر انگور شہد کے ساتھ ملا کر کھایا جائے تو ہر قسم کی کھانسی میں فائدہ دیتا ہے دائمی کھانسی کے مریضوں کے لئے اکسیر کی حیثیت رکھتا ہے دماغی کمزوری کی حالت میں انگور کا کھانا بہت فائدہ مند ہے اس کے استعمال سے پیٹ کی بیماریاں بھی درست ہو جاتی ہیں منقّٰی کو پانی میں بھگو کر نرم کر کے باہر نکال لیا جائے اور پھر اس کو کچل کر مرہم کی مانند بنالیا جائے تو بواسیر کی جگہ پر لگانے سے مرض میں افاقہ ہوگا مرض کی شدت میں کمی آ جاتی ہے۔

انگور کھانے سے حلق کے اکثر امراض ٹھیک ہو جاتے ہیں گلے کی خراش میں انگور کا استعمال فائدہ مند ہے کھانسی کے مرض سے چھٹکارا دیتا ہے زکام کی وجہ سے ناک بند ہو جاتی ہے اور سانس لینے میں انتہائی دشواری کا سامنا کرنا پڑتا ہے ایسی حالت میں انگور کا استعمال فائدہ دیتا ہے ہر قسم کے بخار میں مبتلا مریضوں کے لئے انگور کھانا مفید ہے بخار کی وجہ سے جو کمزوری پیدا ہو جاتی ہے اس کو پورا کرتا ہے دق کے مرض میں بھی اس کا استعمال فائدہ مند ہے نزلے کی کیفیت کو ختم کرتا ہے نزلے کی وجہ سے ناک سے بہنے والے پانی کو روکنے کیلئے انگور کا استعمال بہت مفید ہے دائمی نزلے کے مریض بھی انگور کا استعمال کریں تو ان کو افاقہ ہو گا جن لوگوں کو بار بار پیاس لگتی ہے ان کے لئے انگور کا استعمال پیاس کو بجھاتا ہے اور روح کو

تازگی پہنچاتا ہے اس کے کھانے سے جسم میں صاف خون پیدا ہوتا ہے خون میں موجود فاسد مادوں کو خارج کر کے چہرے کی رونق کو دوبالا کرتا ہے انگور ہاضمہ کو درست رکھتا ہے اور خود بھی جلد ہضم ہو جانے والی غذا ہے یہ جلد ہضم ہو کر جسم کو قوت پہنچاتا ہے انگور کے باقاعدہ استعمال سے کمزور جسم والے افراد کو بہت فائدہ ہوتا ہے جسمانی کمزوری کو دور کرتا ہے مرگی کے مریض انگور کا مسلسل استعمال کریں تو ان کے لئے بڑی مفید غذا ہے۔

......سَنَاء، سَنُّوت......

سنا ایک قسم کا پودا ہے جس کی پتی دست آور ہوتی ہے۔ اور سَنُّوت عربی میں زیرہ کو اور انگریزی میں (anther) کہتے ہیں۔ حدیث شریف میں اس کو اپنانے کا حکم فرمایا گیا ہے جیسا کہ

حضرت سیدنا عبداللہ بن ام حرام رضی اللہ تعالیٰ عنہ بیان کرتے ہیں:

سَمِعْتُ رَسُولَ اللّٰهِ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ عَلَيْكُمْ بِالسَّنٰى وَالسَّنُّوتِ فَإِنَّ فِيهِمَا شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ إِلَّا السَّامَ قِيلَ يَا رَسُولَ اللّٰهِ وَمَا السَّامُ قَالَ الْمَوْتُ۔

(ابن ماجہ السنن، ۲: ۱۱۴۴، کتاب الطب، رقم: ۳۴۵۷)

ترجمہ: ”میں نے رسول اللہ (ﷺ) کو یہ فرماتے ہوئے سنا اور سنوت کو ضرور اپناؤ کیونکہ تمہارے لئے ان میں ہر بیماری سے شفاء ہے سوائے سام ہے۔ حضور (ﷺ) سے پوچھا گیا کہ سام کیا ہے؟ فرمایا ”موت“۔

معلوم ہوا کہ ان کا استعمال ہر مرض سے نجات کا ذریعہ ہے۔

......مہندی......

مہندی ہمارے ہاں بہت عام سی شئے ہے، اور اس کی افادیت کی طرف ہماری توجہ تھوڑی کم ہے، جبکہ مہندی میں زخم جلد بھرنے اور درد و تکلیف کو جلد دور کرنے کی صلاحیت بدرجہ موجود ہے۔ رسول اکرم طبیب اعظم (ﷺ) نے بنفسِ نفیس اس کو استعمال فرمایا

ہے۔ جیسا کہ احادیث مبارکہ میں موجود ہے۔

حضرت سیدنا ام رافع رضی اللہ تعالیٰ عنہا فرماتی ہیں:

"کان لا یصیب النبی (صلی اللہ تعالیٰ علیہ وآلہ وسلم) قرحة ولا شوکة الا وضع علیها الحناء"۔ (ابن ماجہ السنن، ۲: ۱۱۵۸، کتاب الطب)

ترجمہ: "رسول اللہ (ﷺ) کو جب بھی کوئی زخم لگتا یا کانٹا چبھتا اس پر مہندی لگاتے"۔

اسی طرح دوسری روایت ہے:

"ما کان احد یشتکی الی رسول اللّٰہ (صلی اللہ تعالیٰ علیہ وآلہ وسلم) وجعا فی رأسه الا قال: احتجم، ولا وجعا فی رجلیه الا قال اخضبهما"۔

(ابوداؤد، السنن، ۴: ۴، کتاب الطب، رقم: ۳۸۵۸)

ترجمہ: "رسول اللہ (ﷺ) کے پاس جب بھی کوئی دردِ سر کی شکایت لیکر آیا تو آپ (ﷺ) نے اسے پچھنے لگوانے کی ہدایت فرمائی اور جس نے پاؤں میں درد کی شکایت کی تو آپ (ﷺ) نے اسے مہندی لگانے کا مشورہ دیا"۔



باب چہارم

روزمرّہ کے آسان علاج



❁ بیماریوں سے بچنے کا لاجواب نسخہ

سنت کے مطابق کھائیں پئیں اور اگر نفس کے مطالبہ پر جو ہاتھ میں آیا وہ کھایا مثلاً پڑے پراٹھے اور کباب سموسے وغیرہ دیر سے ہضم ہونے والی غذائیں معدے میں نہ ٹھونستے رہیں اور فرج کا ایک دم ٹھنڈا پانی اور ٹھنڈی کولا بوتلیں پیٹ میں نہ انڈیلتے رہیں تو ان شاء اللہ عزوجل آپ کا معدہ درست رہے گا اور جب ہاضمہ صحیح ہوگا تو نہ قبض ہونہ پیٹ میں گند جمع ہونہ بدن کا بے جا وزن بڑھے نہ پیٹ کی خرابیوں کے سبب بیماریاں جنم لیں کہ بقول اطباء تقریباً 80 فیصد بیماریاں پیٹ کی خرابی کے باعث پیدا ہوتی ہیں یقیناً معدہ بیماریوں کا گھر اور پرہیز دواؤں کا سر ہے۔

سو دوا کی ایک دوا پرہیز ہے

❁ طویل عرصہ جوان رہنے کا نسخہ

جو کھانے پینے میں احتیاط نہیں اپناتے اور خوب ڈٹ کر کھاتے ہیں وہ گویا پیسے خرچ کر کے بیماریاں خریدتے ہیں اور عموماً سخت تکلیف اٹھاتے ہیں اور آخر کار پچھتاتے ہیں کم کھانے کی حکمتیں تو سائنسدان بھی تسلیم کرتے ہیں چنانچہ ایک خبر ملاحظہ ہو کہ ''جدید تحقیق کے مطابق امریکا میں کم کھانے والے چوہے اور کتے تین گنا زیادہ عرصہ زندہ رہے زیادہ نہ کھانے سے انسان جلد بوڑھا نہیں ہوتا بلکہ طویل عرصہ تک جوان نظر آتا ہے''۔

(روزنامہ آغاز 5 دسمبر 2007)

❁ خون ٹیسٹ اور اس کی احتیاطیں

کوشش کر کے شوگر لپڈ پروفائل وغیرہ ہر تین ماہ کے بعد ٹیسٹ کروایئے بلکہ کبھی کبھی مکمل چیک اپ بھی کروالینا چاہیے مرد مرد سے اور عورت عورت سے ہی ٹیسٹ کے لئے خون نکلوائے جس لیبارٹری میں یہ سہولت نہ ہو وہاں سے ہرگز ٹیسٹ مت کروایئے اسی طرح ہاتھ رکھ کر نبض دکھانے مرض کی جگہ پر چیک کروانے کے لئے ہاتھ لگوانے بلڈ پریشر چیک

کروانے زخم پر پٹی بندھوانے انجکشن لگوانے وغیرہ معاملات کے لئے بلا اجازت شرعی مرد و عورت کا ایک دوسرے کے جسم کے کسی حصے کو چھونا چھوانا جائز نہیں اگر یہ غلطیاں ہو چکی ہیں تو سچی توبہ کر کے آئندہ بچنے کا عہد کیجئے مرد ڈاکٹر سے مریضہ صرف اسی صورت میں رجوع کر ے کہ اس کی بیماری کے لئے لیڈی ڈاکٹر نہ مل سکے اور ان وسوسوں پر مت توجہ دیجئے کہ ٹیسٹ میں "کچھ" نکلا تو ٹینشن ہو جائے گی یہ ٹینشن آسان ہے ورنہ اچانک اسپتال میں جا پڑے تو آپ کا ٹینشن بھی ٹینشن میں آجائے گا اسپتال میں داخل ہو کر ڈاکٹر کے خوفزدہ کرنے پر پرہیز کرنے سے بہتر ہے آدمی گھر میں ہی پرہیز کر لے کہ سو دوا کی اک دوا پرہیز ہے۔

❁ اسپتال میں داخل ہونا پڑے تو

اگر اسپتال میں داخل ہونے کی نوبت آئے تو گھبرا نہ جائیں ذہن کو حاضر رکھ کر پلنگ کی ترتیب اس طرح کروائیے کہ قبلہ کی طرف پاؤں نہ ہوں طہارت وضو و نماز کی سہولتیں دیکھ لیجئے یہ بھی دیکھ لیجئے کہ استنجاء خانہ کا رخ تو غلط نہیں (استنجاء کرتے وقت کعبہ شریف کو منہ یا پیٹھ کرنا حرام ہے) یہ احتیاط ضروری ہے کہ منہ یا پیٹھ 45 ڈگری کے زاویے کے باہر رہے) بہار شریعت (مطبوعہ مکتبۃ المدینہ) کا چوتھا حصہ ساتھ لے لیجئے اور اس میں مریض کی نماز کا طریقہ دیکھ لیجئے کوری مٹی کی پلیٹ (اس پر کانچ کا جرم یعنی تہہ نہ ہو) یا پاک صاف اینٹ لے لیجئے تاکہ ضرورتاً تیمم کیا جا سکے "مریض" تاکید کر دے کہ عورت (نرس یا لیڈی ڈاکٹر) اور "مریضہ" کہہ دے کہ مرد (ڈاکٹر یا وارڈ بوائے) میرا بدن نہ چھوئے۔

❁ ہوا سے علاج

کھلی فضا میں (بہتر فجر کا وقت) آہستہ آہستہ سے سانس لینا شروع کیجئے اور جتنا گہرا لے سکتے ہیں لے لیجئے پھر جتنی دیر تک اندر روک سکتے ہیں روک رکھئے روزانہ کم از کم 40 بار اس طرح کیجئے (کام کاج کرتے ہوئے یا مریض بستر پر لیٹے لیٹے بھی یہ عمل کر سکتے ہیں) یہ عمل مختلف امراض بالخصوص ضیق النفس (یعنی دمہ) اور پھیپھڑوں کی بیماریوں کے لئے مفید ہے۔ مریض اگر سانس کی یہ ورزش کرے تو ان شاء اللہ عزوجل رو بہ صحت ہو اور

صحت مند کرے تو امراض سے حفاظت ہو ان شاء اللہ عزوجل عاشق مدینہ دامت برکاتہم العالیہ کو ایک بوڑھے حکیم صاحب نے بتایا تھا کہ وہ سانس لینے کے بعد ایک یا دو گھنٹے تک اندر ہی روک لیتے ہیں اور اس دوران اوراد و وظائف وغیرہ بھی پڑھ لیتے ہیں مگر الحمد للہ عزوجل سانس نہیں ٹوٹتا (یہ سب مشق کرنے سے آسکتا ہے)۔

❁ دھوپ کی اہمیت

اللہ عزوجل کی ایک بہت بڑی نعمت سورج بھی ہے اور اس کی دھوپ میں بہت سارے فوائد رکھے گئے ہیں جسم انسانی کی صحت کے لئے دھوپ کا اہم کردار ہے ایک کہاوت ہے کہ جس گھر میں سورج داخل نہیں ہوتا اس میں ڈاکٹر داخل ہوتا ہے بے شمار جراثیم ایسے ہوتے ہیں جو دھوپ اور تازہ ہوا سے مر جاتے ہیں چنانچہ جن گھروں میں کھڑکیاں محض گرد وغبار کے خوف سے ہر وقت بند رکھی جاتی ہیں اور ان میں تازہ دھوپ ہوا نہیں پہنچ پاتی وہاں طرح طرح کے جراثیم پرورش پاتے اور خوب بیماریاں پھیلاتے ہیں لہٰذا روزانہ دن کا اکثر وقت کھڑکیاں کھلی رکھنی چاہیں ہر کمرہ میں آمنے سامنے دو کھڑکیاں اس طرح بنوائی جائیں کہ ایک سے تازہ ہوا داخل ہو اور دوسری سے باہر نکلتی رہے صرف ایک کھڑی کھلی رکھنی کافی نہیں ہوتا اگر آمنے سامنے دو کھڑکیاں نہ ہوں تو پھر کھڑکی اور دروازے کی ایسی ترکیب ہو کہ ایک طرف سے ہوا داخل ہو اور دوسری طرف سے خارج۔

❁ ایگزوسٹ فین

بیت الخلاء اور باورچی خانہ بلکہ ضرورتاً کمرہ میں بھی ''ایگزوسٹ فین'' لگوایا جائے مگر پلاسٹک کا صرف چار انچ والا مناسب نہیں بلکہ مناسب سائز والا لوہے کا ہو مثلاً گھریلو باورچی خانہ میں 12 انچ کا لوہے کا ایگزوسٹ فین مناسب ہے پلاسٹک والا دیرپا نہیں ہوتا اور ہوا بھی نسبتاً کم اٹھاتا ہے ایگزوسٹ فین والی پوری دیوار میں بلکہ چاروں طرف کہیں ایک معمولی سی دراڑ بھی کھلی نہ ہو اگر صرف دروازے سے ہوا کھنچنے کی ترکیب رہی تو کمرہ کی ہوا بھی صاف ہوتی رہے گی ایسی صورت میں ضرورتاً دروازہ پورا یا تھوڑا کھلا رکھنا ہوگا تا کہ کمرہ

وغیرہ کی ہوا باہر نکلے اور دروازے سے تازہ ہوا داخل ہو سکے ورنہ ایگزوسٹ فین بھی لگوایا جا سکتا ہے اگر بڑا ہال ہے تو یہ صورت بھی ہو سکتی ہے کہ آمنے سامنے دو بڑے بڑے ایگزوسٹ فین لگوائے جائیں ایک ہوا کے رخ مثلاً پاکستان میں مغرب (WEST) یعنی قبلہ کی جانب والی دیوار میں بھی اس طرح بھی لگایا جا سکتا ہے کہ باہر کی ہوا اندر لائے اور سامنے والا اندر کی باہر خارج کرے عند الضرورت (یعنی ضرورتاً) دو سے زائد ایگزوسٹ فین بھی لگائے جا سکتے ہیں جب یہ فین چل رہے ہوں اس وقت اگر چاروں طرف کھڑکیاں وغیرہ بند رکھی جائیں تو اس صورت میں ان شاء اللہ عزوجل حبس (یعنی گھٹن) بھی نہیں ہوگا اور بڑے کمرے یا ہال کی فضا صاف ہوا کی فراہمی کے سبب ٹھنڈی رہے گی اگر ایگزوسٹ فین کی گولائی کے اطراف میں جگہ کھلی رہی یا دراڑ اور کھڑکیاں بند نہ کی گئیں تو ایگزوسٹ فین کے چلنے کی صورت میں خاطر خواہ نتیجہ حاصل نہیں ہوگا۔

❁ سورج کی کرنوں کا کمال

انسانی جسم کی کھال میں وٹامن D (سوئی ہوئی حالت) یعنی INACTIVE FORM میں ہوتا ہے اس کا نام 7 ڈی ہائیڈرو کولیسٹرول (.7-DUHYDRO CHOLESTROL) ہے۔ جب سورج کی الٹراوائیلٹ ULTRA VOILET انسانی جسم پر پڑتی ہیں تو کھال میں سویا ہوا وٹامن D بیدار ہو کر متحرک ہوتا ہے اور وٹامن D3 میں تبدیل ہو کر خون میں شامل ہو جاتا ہے وہاں سے یہ جگر میں جاتا ہے جہاں اس کو مزید کارآمد بنایا جاتا ہے پھر یہ گردوں میں پہنچ کر مکمل طور پر سرگرم عمل ہو جاتا ہے اب یہ وٹامن D3 آنتوں سے کیلشیم اور فاسفورس کو خون کے اندر جذب کرنے میں مدد دیتا بلکہ اس عمل کو تیز تر کر دیتا ہے اور ان کی جو مقدار ہماری خوراک میں شامل ہو کر ہماری آنتوں میں پہنچ رہی ہے اس کو ضائع نہیں ہونے دیتا بلکہ تیزی سے اسے خون میں جذب کر لیتا ہے کیلشیم اور فاسفورس ہماری ہڈیوں کی صحیح نشوونما کے لئے بے حد ضروری ہیں۔

❁ شیشے سے چھن کر آنے والی دھوپ

سورج کی وہ شعائیں جو بند کھڑکیوں کے شیشے سے پار ہو کر انسانی جسم تک پہنچتی ہیں ان میں الٹراوائیلٹ شعاعیں نہیں ہوتی لہٰذا ان میں یہ خاصیت بھی نہیں ہوتی کہ سوئے ہوئے وٹامن D3 کو بیدار کر کے کارآمد بنا سکیں۔

❁ بچوں کی بیماری

جس طرح عموماً پودوں کی نشوونما کے لئے دھوپ کا اہم کردار ہے اسی طرح بچہ ہو یا جوان ادھیڑ عمر کا ہو یا بوڑھا ہر بدن انسانی کے لئے تازہ ہوا اور دھوپ مفید ہے 6 ماہ سے 2 سال کی عمر کے درمیان بچوں کی ہڈیاں تیزی سے بڑھتی ہیں اگر ہڈیوں کی صحیح نشوونما نہ ہو تو ان میں ''ریکیٹس'' (Rickets) نامی بیماری پیدا ہوتی ہے ہڈیوں کی صحیح نشوونما کے لئے وٹامن D3 بہت ضروری ہوتا ہے اگر اس میں کمی واقع ہو جائے تو ہڈیوں میں مختلف نقائص رہ جاتے ہیں جو آگے چل کر پریشانی کا باعث بنتے ہیں۔

❁ گھروں میں دھوپ نہ آنے کا نقصان

آج کل ''ریکیٹس'' (Rickets) نامی بیماری بچوں میں عام ہوتی جا رہی ہے اس کی وجوہات میں سے خوراک میں وٹامن D3 کی کمی بھی شامل ہے مگر سب سے بڑی وجہ تنگ محلوں اور چھوٹی چھوٹی گلیوں کے اندر بڑی بڑی عمارتوں کے بند گھروں میں رہائش ہے کیونکہ ایسی جگہوں پر سورج کی الٹروائیلٹ شعاعیں ULTRA VOILET RAYS صحیح طور پر انسانی جسم تک نہیں پہنچ پاتیں اور نتیجتاً بچہ RICKETS کا شکار ہو سکتا ہے اگر ایسا ہو تو اس کی ہڈیوں میں ایک یا ایک سے زیادہ مختلف نوعیت کے نقص (عیب) پیدا ہو جائیں گے۔

❁ بچہ میں ریکیٹس (Rickets) کی علامت

☆ ... بار بار نمونیہ ہو جانا ☆ ...... آئے دن دست لگ جانا

☆ ...... چڑچڑا پن ☆ ...... خون کی کمی۔

❁ ریکیٹس کے 14 نقصانات

☆......سامنے سے پیشانی کی ہڈی بڑھ جاتی ہے

☆......سر کی ہڈی اندر سے کھوکھلی ہو جاتی ہے کہ اگر ہاتھ سے دبائیں تو گیند کی طرح دبتی ہے

☆......سر بڑا اور چوکور سا ہو جاتا ہے

☆......دانت دیر سے نکلتے ہیں

☆......مسوڑھے خراب ہو جاتے ہیں

☆......پسلیوں اور سینے کی ہڈی کے جوڑ گول گول ابھر کر نمایاں ہو جاتے ہیں

☆......کبوتر کے سینے کی طرح سامنے سے سینہ ابھر جاتا ہے

☆......کُب نکل آتا ہے یعنی پیٹھ ٹیڑھی ہو جاتی ہے

☆......ریڑھ کی ہڈی بل کھاتی ہوئی نکلتی ہے جس سے پورا بدن ٹیڑھا ہو جاتا ہے

☆......سینے کی ہڈی بیچ میں سے مڑ کر سینے کو سامنے کی طرف ابھار دیتی ہے

☆......کلائی کی ہڈی چوڑی ہو جاتی ہے

☆......ٹخنوں کی ہڈی اندر کی طرف مڑ جاتی ہے

☆......ٹانگ کی بڑی ہڈی گولائی میں مڑ جاتی ہے

☆......گھٹنے اندر کی طرف بڑھنے لگتے ہیں۔

❁ آپریشن سے بچے آنے کی وجہ

کولہے کی ہڈی عموماً پھیلی ہوئی اور چوڑی ہوتی ہے مردوں کے مقابلے میں عورتوں میں قدرتی طور پر یہ چیز زیادہ ہوتی ہے تاکہ آگے چل کر بچے کی ولادت میں سہولت ہو وٹامن D3 کی کمی کی وجہ سے کولہے کی ہڈی کی صحیح نشوونما نہیں ہوتی اور یہ بجائے پھیلنے کے سکڑ جاتی ہے جس سے پیدائش کا راستہ تنگ ہو جاتا ہے اور خواتین کو بچوں کی ولادت کے

وقت طرح طرح کی پریشانیوں کا سامنا ہوتا ہے اور آخرکار آپریشن کرنا پڑتا ہے آج کل بچے کی ولادت کے وقت جو بکثرت آپریشن ہو رہے ہیں ان کی ایک بڑی وجہ ان کے کولہے کی ہڈی کا سکڑا ہوا ہونا ہے۔

❁ بچوں کو انڈے کی زردی کھلائیے

بچوں کو آئندہ مصیبتوں سے بچانے کے لئے ضروری ہے کہ ایک یا دو ماہ کی عمر ہی سے مناسب دھوپ مہیا کی جائے نیز چار ماہ کی عمر سے غذا میں انڈے کی زردی بھی استعمال کروائی جائے۔

❁ دھوپ حاصل کرنے کا طریقہ

طلوع آفتاب کے فوراً بعد اور غروب آفتاب کے آخری لحات میں کم از کم بارہ منٹ کے لئے (موسم کے لحاظ سے وقت میں کمی بیشی کر کے) بچے کو ایسی جگہ لٹائیے یا بٹھائیے جہاں مکمل دھوپ آتی ہو ہر عمر میں دھوپ کھانا ضروری ہے لہٰذا انہیں اوقات میں ہر ایک کو اتنی دیر تک مکمل دھوپ میں رہنا چاہیے کہ کھال گرم ہو جائے بیان کردہ اوقات بہترین ہیں اگر نہ بن پڑے تو دن بھر میں کسی بھی وقت میں کچھ نہ کچھ دھوپ حاصل کر لینی چاہیے اگر چھاؤں میں ہوں اور دھوپ آنی شروع ہو جائے تو کچھ دھوپ اور کچھ چھاؤں میں مت بیٹھئے بلکہ وہاں سے ہٹ جائیے یا مکمل دھوپ میں آ جائیں یا مکمل چھاؤں میں۔ حضرت سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ سرکار مدینہ (ﷺ) کا فرمان شفقت نشان ہے کہ "تم میں اگر کوئی سائے میں بیٹھا ہو اور اس پر سے سایہ ہٹ جائے اس کا کچھ حصہ دھوپ اور کچھ سائے میں ہو جائے تو اس کو چاہیے کہ وہاں سے اٹھ کھڑا ہو۔

(سنن ابی داؤد، جلد ۴، ص ۳۳۸، حدیث ۴۸۲۱ دار احیاء التراث العربی بیروت)

مفسرِ شہیر حکیم الامت حضرت مفتی احمد یار خان علیہ رحمۃ المنان فرماتے ہیں کہ "یا تو سایہ میں ہی چلا جاوے یا بالکل دھوپ میں ہو جاوے کیونکہ سایہ ٹھنڈا ہے اور دھوپ گرم اور بیک وقت ایک جسم پر ٹھنڈک و گرمی لینا صحت کے لئے مضر (نقصان دہ) ہے اس لئے

ایسا نہ کرے نیز یہ شیطانی نشست ہے جس سے شیطان خوش ہوتا ہے لہٰذا اس تشبیہ سے بچنا ضروری ہے۔(مراۃ،ج۶،ص،۲۸۷)

موٹاپے کا علاج

وزن کم کرنے کے لئے سبزیاں (آلو وغیرہ بادی اشیاء کے علاوہ) بہترین نعمت ہیں مگر صرف پانی میں ابلی ہوئی ہوں یا ایک فرد کے لئے صرف چائے کی ایک چمچ کارن آئل ڈال کر پکائی گئی ہوں مرچ مصالحہ اور ہلدی ڈالنے میں حرج نہیں روزانہ ایک گرام (چٹکی بھر) ہلدی سبھی کے پیٹ میں جانی چاہیے ان شاء اللہ عزوجل کینسر سے حفاظت ہوگی ہر بار کے کھانے میں مذکورہ طریقے پر بنی سبزی کم از کم ایک پوری رکابی کھا لیجئے اگر روٹی اور چاول وغیرہ کھانا ضروری ہو تو صرف آدھی چپاتی پانی میں ابلے ہوئے چاول صرف آدھا کپ۔ چھوٹی سی بوٹی۔ آم کھانا ضروری ہو دن بھر میں صرف آدھا آم۔ چائے پینا چاہیں تو اسکیمڈ ملک کی پھیکی ہی پی لیجئے اور اگر نہ پی سکیں تو ڈاکٹر کے مشورے سے مٹھاس کے لئے چائے کے کپ میں CANDEREL کی ایک گولی ڈال لیجئے اگر شوگر کا مرض نہ ہو تو چائے میٹھی کرنے کے لئے اس میں شہد ڈال لیجئے سلاد ککڑی کھیرا وغیرہ (بغیر چھلکا اتارے) بھی بکثرت استعمال کیجئے ہر طرح کے کھانے اور سالن وغیرہ میں کارن آئل CORN OIL وہ بھی کم سے کم مقدار میں استعمال کیجئے کھانے سے قبل سالن کے پیالے کے اوپر سے چمچ کے ذریعے گھی یا تیل اس طرح سے نکال دیجئے کہ ایک قطرہ بھی نظر نہ آئے اگر مصالحہ گاڑھا ہو تو برتن کو کسی چیز کی مدد سے ترچھا کھڑا کر دیجئے اور سالن اوپری حصہ کی جانب کر لیجئے اس طرح زائد تیل نیچے کی طرف اکٹھا ہو جائے گا اس کو نکال دیجئے مگر بے اجازت شرعی یہ تیل یا گھی پھینک دینا ممنوع ہے دوبارہ پکانے میں استعمال فرما لیجئے چاول، اونٹ، گائے، بکرے کے گوشت، گھی، مکھن، دودھ کی ملائی، انڈہ کی زردی، کیک، پیسٹریوں، میٹھے کو کو چاکلیٹ، اور ٹافیوں نمکو والوں کی تلی ہوئی چیزیں CREAM لگی ہوئی یا میٹھی غذاؤں مٹھائیوں آئسکریم ٹھنڈے مشروبات پکوڑے کباب سموسے پڑے پراٹھے

وغیرہ ہر وہ چیز جس میں میدہ چکناہٹ یا مٹھاس شامل ہو اُس سے بچئے انشاء اللہ عزوجل وزن میں کمی آئے گی اور آپ ان شاء اللہ عزوجل خوش اندام SMART ہو جائیں گے ڈاکٹروں کے پاس کھانے کا ''چارٹ'' ملتا ہے ان کے ذریعے بھی وزن کا تناسب برقرار رکھا جاسکتا ہے اپنے ڈاکٹر سے مشورہ کر کے وزن کم کرنا زیادہ مناسب ہے حتی الامکان ایک ہی ڈاکٹر سے علاج کا سلسلہ رکھنا چاہیے اس سے فائدہ یہ ہوگا کہ وہ ڈاکٹر آپ کی جسمانی کیفیت سے واقف ہو جائے گا لہٰذا بہتر طریقے پر علاج ہو سکے گا ورنہ ڈاکٹر بدلتے رہیں گے تو ہر نیا ڈاکٹر ایک اکائی سے علاج شروع کرے گا اور آپ ہر ایک کا تختۂ مشق بنتے رہیں گے۔

❁ موٹاپے کا بہترین علاج

سب سے بہترین علاج اللہ عزوجل کے حبیب، حبیب لبیب، طبیبوں کے طبیب (صلی اللہ علیہ وسلم) کا تجویز فرمودہ ہے اور یہ ہے کہ ''بھوک کے تین حصے کر لیے جائیں ایک حصہ غذا ایک حصہ پانی اور ایک حصہ ہوا اور سانس''۔

(کنز العمال ج ۱۰ ص ۱۱۰ رقم ۲۸۰۸۱۳ دار الکتب العلمیۃ بیروت)

اگر کھانے میں یہ طریقہ اپنا لیا جائے تو ان شاء اللہ عزوجل نہ کبھی بدن موٹا ہوگا نہ کبھی گیس بادی پیٹ کی گڑ بڑ قبض وغیرہ کا عارضہ مگر ہائے لذت خود نفس کی حیلہ بازیاں۔

رضا نفس دشمن ہے دم میں نہ آنا
کہاں تم نے دیکھے ہیں چندرانے والے

❁ سفر کے ذریعے علاج

اللہ کے محبوب، دانائے غیوب، منزہ عن العیوب عزوجل و (صلی اللہ علیہ وسلم) کا فرمانِ صحت نشان ہے کہ ''سَافِرُوْا تَصِحُّوْا''۔ سفر کرو تندرست ہو جاؤ گے۔

(الجامع الصغیر للسیوطی، حدیث ۴۶۲۴، ص ۲۸۴، دار الکتب العلمیۃ بیروت)

سفر کے ذریعے آب و ہوا تبدیل ہوتی ہے اور تجربات بڑھتے ہیں دعوت اسلامی کے سنتوں کی تربیت کے مدنی قافلوں میں ثواب کی نیت سے سفر کرتے رہا کیجئے ان شاء اللہ

عزوجل ثواب بھی ملے گا اور ضمناً صحت میں بھی برکت حاصل ہو گی اگر فقط حصول صحت کی نیت کی تو ثواب آخرت نہیں ملے گا الحمد للہ عزوجل دعوت اسلامی کے مدنی قافلوں میں سفر کرنے والوں کی بیماریوں سے صحت یابیوں کی مدنی بہاریں سننے کو ملتی رہتی ہیں مقولہ ہے ''سفر وسیلہ ظفر'' یعنی سفر کامیابی کا ذریعہ ہے۔

❁ اجمیر کے پانچ حروف کی نسبت سے نیند کے 5 علاج

نیند سے ذہن پرسکون معدہ درست اور کھانا ہضم ہوتا ہے، رات کا سونا صحت کے لئے مفید اور رات بھر جاگنا مضر ہے، رات جاگتے رہنے سے بدن میں خشکی بدہضمی دماغی کمزوری اور عقل میں کمی آتی ہے اور بعض اوقات آدمی پاگل ہو جاتا ہے، بے شک بعض اولیاء اللہ رحمھم اللہ تعالیٰ کا رات بھر عبادت کرنا ثابت ہے لیکن انہیں روحانی قوت حاصل ہو جاتی ہے جیسا کہ سرکار غوث پاک رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے 40 دن تک کے فاقے بھی منقول ہیں۔

(بہجۃ الاسرار ص ۱۱۸)

حالانکہ عام آدمی کے لئے یہ ناممکن ہے، بوعلی سینا کا قول ہے کہ زیادہ سونا سوئے ہوئے امراض کو جگانا، تلی کو سخت کرتا اور رنگ کو خراب کرتا ہے رات عبادت کرنے کے لئے دوپہر کے کھانے کے بعد قیلولہ یعنی کچھ دیر آرام کرنا سنت ہے اور مفید صحت ہے اس سے دماغ قوی اور عقل تیز ہوتی ہے۔

❁ ''آٹھ جنتیں'' کے آٹھ حروف کی نسبت سے جس کو نیند نہ آتی ہو اس کے لئے 8 علاج

میٹھے میٹھے اسلامی بھائیو! نیند آور گولیوں سے حتی الامکان دور رہیے اور اس کی عادت تو ہرگز مت بنایئے کیونکہ شروع میں اگرچہ ان سے نیند آ جاتی ہے مگر پھر رفتہ رفتہ ان گولیوں کی مقدار بڑھانی پڑتی ہے اور بالآخر نوبت یہاں تک آ پہنچتی ہے کہ چاہے کتنی ہی گولیاں کھا لی جائیں نیند نہیں آتی اور یہ گولیاں مضر صحت بھی ہوتی ہیں لہٰذا نیچے دیئے ہوئے علاج فرمایئے اللہ عزوجل کرم فرمائے گا۔ نیند نہ آتی ہو تو سونے سے قبل

إِنَّ اللّٰهَ وَمَلٰٓئِكَتَهٗ يُصَلُّوْنَ عَلَى النَّبِيِّ ۭ يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا صَلُّوْا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوْا تَسْلِيْمًا ﴿۵۶﴾

(پ ۲۲ الاحزاب ۵۶)

پڑھ کر درود شریف پڑھ لیجئے ان شاء اللہ عزوجل نیند آ جائے گی۔

♦......رات کو سونے سے قبل یہ دعا پڑھ لیجئے "اَللّٰهُمَّ بِاسْمِكَ اَمُوْتُ وَاَحْيَا"۔

ترجمہ:۔ یا اللہ عزوجل میں تیرے نام سے مرتا اور جیتا ہوں۔

(صحیح البخاری ج ۴ ص ۱۹۲ حدیث ۶۳۱۴)

♦......نیند نہ آتی ہو تو پارہ 30 سورۃ النبا کی آیت نمبر 9 "وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتًا"۔

ترجمہ: اور تمہاری نیند کو آرام کیا۔ بار بار پڑھیے ان شاء اللہ عزوجل جلدی نیند آ جائے گی۔

♦......نیند نہ آتی ہو تو سونے سے قبل اول آخر درود پاک کے ساتھ کم از کم تین بار یہ پڑھیے "لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَ الْحَقُّ الْمُبِيْنُ"۔

ترجمہ:۔ یعنی کوئی معبود نہیں مگر وہ (اللہ عزوجل) سب سے سچا اور ظاہر۔

♦......نیند نہ آتی ہو تو سوتے وقت یہ دعا پڑھے

"اَللّٰهُمَّ غَارَتِ النُّجُوْمُ وَهَدَاَتِ الْعُيُوْنُ وَاَنْتَ حَيٌّ قَيُّوْمٌ لَا تَاْخُذُكَ سِنَةٌ وَّلَا نَوْمٌ يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ اَهْدِئْ لَيْلِيْ وَاَنِمْ عَيْنِيْ"۔

(عمل الیوم واللیلۃ لابن السنی، ص ۲۲۲، رقم ۷۴۹، دار الکتب العربی بیروت)

ترجمہ: یا اللہ! عزوجل تارے چھپ گئے اور آنکھیں سونے لگیں اور تو ہمیشہ زندہ اور دوسروں کو قائم رکھنے والا ہے تجھ کو نہ اونگھ آئے نہ نیند اے ہمیشہ زندہ اور دوسروں کو قائم رکھنے والے میری رات کو سکون بخش اور میری آنکھوں کو نیند عطا فرما"۔ ان شاء اللہ عزوجل اس کی برکت سے نیند آ جائے گی۔

♦......بے خوابی یعنی نیند کا نہ آنا بہت پرانا مرض ہے زمانہ قدیم میں اس کا علاج عام طور پر پیاز سے کیا جاتا تھا جس کو نیند نہ آتی ہو وہ یا تو کچی پیاز چبا کر کھالے یا ابلی ہوئی پیاز

گرم دودھ میں ڈال کر استعمال کرے ان شاء اللہ عزوجل خوب نیند آئے گی منہ میں بدبو ہونے کی صورت میں مسجد میں داخلہ حرام ہے لہٰذا نماز فجر کے لئے جانے سے قبل خوب اچھی طرح منہ صاف کرے یہاں تک کہ بدبو ختم ہو جائے۔

نیند لانے والا مزیدار شربت

......آدھ کلو پانی میں چھ ماشہ یعنی تقریباً 6 گرام سونف ڈال کر پانی کو چولہے پر جوش دیجئے جب دو چھٹانک یعنی تقریباً 125 گرام پانی رہ جائے تو اس میں گائے کا دودھ 250 گرام اور ایک تولہ تقریباً 12 گرام گائے کا گھی اور حسب ضرورت چینی ملا کر استعمال کیجئے ان شاء اللہ عزوجل نیند آنے لگے گی۔

......ایک درمیانہ پیاز کاٹ کر دہی مناسب مقدار میں ملا کر سونے سے پہلے کھالیں انشاء اللہ عزوجل نیند آجائے گی۔

نیند لانے کا سانس کے ذریعے علاج

......چٹائی بچھونے یا پلنگ پر چت لیٹ جائیے دونوں ہاتھ سیدھے کر کے پہلوؤں کے برابر کر لیجئے اب 6 سیکنڈ تک آہستہ آہستہ گہرا سانس لیجئے تین سیکنڈ تک ہوا کو اندر روک لیجئے اور پھر 6 سیکنڈ میں آہستہ آہستہ منہ سے خارج کیجئے اس کے بعد الٹی کروٹ لیٹ کر چند بار یہ عمل دہرائیے ان شاء اللہ عزوجل نیند آجائے گی۔

نیند زیادہ ہوتی ہو تو

اِنَّ رَبَّكُمُ اللّٰهُ الَّذِیْ خَلَقَ السَّمٰوٰتِ وَ الْاَرْضَ فِیْ سِتَّةِ اَیَّامٍ ثُمَّ اسْتَوٰى عَلَى الْعَرْشِ یُغْشِی الَّیْلَ النَّهَارَ یَطْلُبُهٗ حَثِیْثًا وَّ الشَّمْسَ وَ الْقَمَرَ وَ النُّجُوْمَ مُسَخَّرٰتٍۭ بِاَمْرِهٖ اَلَا لَهُ الْخَلْقُ وَ الْاَمْرُ تَبٰرَكَ اللّٰهُ رَبُّ الْعٰلَمِیْنَ ﴿۵۴﴾ اُدْعُوْا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَّ خُفْیَةً اِنَّهٗ لَا یُحِبُّ الْمُعْتَدِیْنَ ﴿۵۵﴾ وَ لَا تُفْسِدُوْا فِی الْاَرْضِ بَعْدَ اِصْلَاحِهَا وَ ادْعُوْهُ خَوْفًا وَّ طَمَعًا اِنَّ رَحْمَتَ اللّٰهِ قَرِیْبٌ مِّنَ الْمُحْسِنِیْنَ ﴿۵۶﴾ (پارہ 8 سورۃ الاعراف آیت نمبر 54 تا 56)

پڑھ کر یہ دعا مانگئے

یا اللہ! عزوجل میٹھے مصطفیٰ (ﷺ) کا واسطہ میری غیر ضروری نیند دور فرمادے ان شاء اللہ عزوجل فائدہ حاصل ہوگا (اول وآخر ایک مرتبہ درود شریف) (۲) روزانہ صبح نہار منہ نیم گرم پانی کے گلاس میں ایک چمچ شہد گھول کر اس میں آدھا لیموں نچوڑ کر پی لیجئے یہ لذیذ شربت پینے کی مستقل عادت بنائیں تب بھی حرج نہیں بلکہ ان شاء اللہ عزوجل فائدہ ہوگا جب دوران مطالعہ وغیرہ نیند چڑھے تو ہو سکے وضو کر لیجئے ورنہ منہ دھو لیجئے کوئی چیز چبایئے کچھ دیر چہل قدمی کر لیجئے یا کچھ دیر کھڑے ہو جایئے اسی طرح کی تراکیب سے انشاء اللہ عزوجل وقتی طور پر کچھ کام چل جائے گا۔

نیند سے جاگ کر پڑھئے اور مدد الٰہی حاصل کیجئے

❁ قبلہ رخ بیٹھنے سے بینائی تیز ہوتی ہے

حضرت سیدنا امام شافعی علیہ الرحمۃ القوی فرماتے ہیں کہ چار چیزیں آنکھوں کی بینائی کی تقویت کا باعث ہیں قبلہ رخ بیٹھنا سوتے وقت سرمہ لگانا سبزے کی طرف نظر کرنا لباس کو پاک وصاف رکھنا۔ (احیاء العلوم ج ۲ ص ۲۸ دار صادر بیروت)

سبحان اللہ عزوجل سیدنا امام شافعی علیہ الرحمۃ القوی کے ارشاد کے مطابق سبزے کا نظارہ بھی نگاہوں کی تیزی کا باعث ہے سبز رنگ کی تو کیا ہی بات ہے ایک روایت کے مطابق سبز سبز گنبد والے آقا، مکی مدنی مصطفیٰ (ﷺ) کو تمام رنگوں میں سبز رنگ سب سے پیارا تھا۔

(المعجم الاوسط للطبرانی ج ۶ ص ۶۹ حدیث ۸۰۲۸ دار الکتب العلمیہ بیروت)

❁ آنکھوں کا لذیذ چورن

سونف مصری اور ایرانی بادام تینوں ہم وزن لے کر اچھی طرح باریک پیس کر یکجان MIX کر کے بڑے منہ کی بوتل میں محفوظ کر لیجئے اور بلا ناغہ روزانہ نہار منہ ایک چائے کی چمچ بغیر پانی کے کھا لیجئے ایک چمچ سے کچھ زیادہ کھانے میں بھی حرج نہیں طویل عرصہ استعمال کرنے سے ان شاء اللہ عزوجل آنکھوں کی بینائی کو فائدہ ہوگا

﴿تجربہ﴾ایک مدنی منی کی آنکھوں میں پانی آتا تھا بالآخر آنکھوں کے ڈاکٹر سے وقت لے لیا تھا میں نے یہی لذیذ چورن پیش کیا الحمدللہ ایک آدھ بار کھانے ہی سے اس کی بیماری جاتی رہی اور ڈاکٹر کے پاس جانے کی نوبت ہی نہ آئی جن کو تکلیف نہ ہو وہ بھی مستقل استعمال کرسکتے ہیں۔

آنکھوں کا مریض اور مچھلی

آنکھوں کے مریضوں، ضروری مقدار سے زیادہ کولیسٹرول والوں کے لئے بھی مچھلی کھانا مفید ہے مگر تیل میں تلی ہوئی دیگر غذاؤں کی طرح مچھلی بھی مضر صحت ہے کوئلہ پر سینکی ہوئی مچھلی بہت مفید ہے کہتے ہیں کہ معدہ میں ایسی مچھلی کی موجودگی میں اگر بلڈ کولیسٹرول کا مریض خون ٹیسٹ کروائے گا تو خون میں کولیسٹرول کی مقدار میں کمی ظاہر ہوگی۔

عینک کے نمبر کم کرنے کے لئے

گاجر کے موسم میں روزانہ ایک گاجر کھا لیا کریں ان شاء اللہ عزوجل حافظہ قوی اور بینائی تیز ہوگی حتیٰ کے چشمہ ہے تو ان شاء اللہ عزوجل نمبر کم ہونا شروع ہو جائیں گے گاجر دھو لیجئے اور چھیلے بغیر کھا لیجئے کہ چھیلنے سے اوپری تہہ کے عین نیچے موجود وٹامن C ضائع ہوسکتا ہے تمام سبزیاں اور پھل جن کے چھلکے کھائے جاسکتے ہوں وہ چھلکوں سمیت ہی کھانے زیادہ مفید ہے مثلاً کدو شریف آلو بینگن ٹماٹر کھیرا توری ٹنڈے پیٹھا شکر قندی سیب چیکو آڑو وغیرہ کے چھلکے اور انار و موسمی کی اندرونی جھلیاں وغیرہ کھا لیجئے۔

یَا اِمَام حُسَیْن کے دس حروف کی نسبت سے زہریلے جانوروں کے کاٹے کے 10 علاج

سانپ بچھو وغیرہ سے پناہ کا آسان وظیفہ

﴿۱﴾......بارگاہ رسالت میں ایک شخص نے حاضر ہوکر عرض کیا کہ یا رسول اللہ! (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کل شام مجھے ایک بچھو نے ڈنک مارا۔ فرمایا: کاش اگر تم نے شام کو

"اَعُوْذُ بِکَلِمَاتِ اللّٰہِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ"۔

یعنی میں اللہ عزوجل کے کامل کلمات کے ساتھ مخلوق کے شر سے پناہ لیتا ہوں کہہ لیا ہوتا تو تمہیں کوئی چیز تکلیف نہ پہنچاتی۔ (صحیح مسلم حدیث ۲۸۰۹ ص ۳۰۲ دار ابن حزم بیروت)

شجرۂ قادریہ رضویہ عطاریہ صفحہ 11 پر ہے روزانہ تین تین بار مذکور دعا پڑھ لینے سے سانپ بچھو وغیرہ موذیات یعنی ایذا دینے والے جانوروں سے پناہ ملتی ہے۔

صبح و شام کی تعریف: آدھی رات کے بعد سے لے کر سورج کی پہلی کرن چمکنے تک صبح ہے اور ابتدائے وقت ظہر سے غروب آفتاب تک شام کہلاتی ہے۔

(الوظیفۃ الکریمۃ ص ۹)

......سانپ بچھو شہد کی مکھی یا کوئی سا بھی زہریلا جانور کاٹ لے پانی میں نمک ملا کر ڈنک کی جگہ پر لگائیے بلکہ ممکن ہو تو وہ جگہ اس نمک والے پانی میں ڈبو دیجئے اور "معوذتین" یعنی سورۃ الفلق اور سورۃ الناس پڑھ کر دم کیجئے ان شاء اللہ عزوجل زہر کا اثر زائل ہو جائے گا۔

......اگر شہد کی مکھی وغیرہ کاٹ لے تو فوراً اس جگہ اپنا یا کسی مسلمان کا تھوک لگا لیجئے ان شاء اللہ عزوجل راحت ملے گی۔

......اگر آپ ایسی جگہ رہتے ہیں جہاں شہد کی مکھیاں یا بچھو ہوتے ہیں تو پیاز کا رس 3 تولہ تقریباً 35 گرام ان بجھا چونا 4 گرام نوشادر ایک تولہ تقریباً 12 گرام باہم ملا کر نتھار لیجئے اور محفوظ کر لیجئے اور بوقت ضرورت بچھو اور شہد کی مکھی کے کاٹنے کے مقام پر لگائیے ان شاء اللہ عزوجل فائدہ ہوگا۔

......اگر کوئی سانپ کاٹ لے تو پیاز کا رس اور سرسوں کا تیل ہم وزن ملا کر مرض کی شدت کے مطابق آدھ آدھ گھنٹہ یا ایک ایک گھنٹہ بعد 4 تولہ تقریباً 50 گرام کی مقدار میں پلائیے ان شاء اللہ عزوجل آرام آجائے گا۔

......اگر شہد کی مکھی کاٹ لے تو اس پر پیاز کا ٹکڑا باندھ لیجئے گرم پانی یا آگ سے

جل جانے کی صورت میں بھی یہی طریقہ اختیار کیجئے۔

✍......اگر بچھو یا شہد کی مکھی وغیرہ کاٹ لے تو اس پر پیاز کاٹ کر یا مسل کر لگایئے اور نمک لگا کر پیاز کھلایئے......

✍......جب کسی کو سانپ ڈس جائے تو اس کو پیاز کثرت سے کھلایئے ان شاء اللہ عزوجل زہر کا اثر دور ہو جائے گا۔

✍......کنکھجورا کاٹ لے تو پیاز اور لہسن کو پیس کر زخم پر لیپ کر دیجئے ان شاء اللہ عزوجل زہر کا اثر ختم ہو جائے گا......

✍......اگر پیاز کو پانی میں گھوٹ کر گھر میں چھڑکیں تو ان شاء اللہ عزوجل سانپ بچھو بھاگ جائیں گے۔

❁ "یارب شفا عنایت فرما" کے سولہ حروف کی نسبت سے

جلدی امراض کے 16 علاج

❁ پھوڑے اور زخم کا روحانی علاج

جب کسی شخص کو کچھ دُکھتا ہو یا اسے پھوڑا پھنسی اور زخم ہوتا ہو تو نبی کریم (ﷺ) اپنی انگلی کے ساتھ یوں فرماتے کہ

"بِاسْمِ اللّٰهِ تُرْبَةُ اَرْضِنَا بِرِيقَةِ بَعْضِنَا لِيُشْفٰى بِهٖ سَقِيْمُنَا بِاِذْنِ رَبِّنَا"۔

ترجمہ: اللہ عزوجل کے نام سے ہماری زمین کی مٹی ہمارے بعض کے لعاب (تھوک) سے ہمارا بیمار رب عزوجل کے حکم سے شفا پائے گا۔ (صحیح مسلم حدیث ۲۱۹۴ ص ۱۲۰۶)

﴿۱﴾ خاک مدینہ اور خاک وطن

مفسر شہیر حکیم الامت حضرت مفتی احمد یار خان علیہ رحمۃ المنان دی ہوئی حدیث پاک کے تحت فرماتے ہیں کہ یعنی اولاً آپ (ﷺ) مرض کی جگہ انگلی رکھتے پھر انگلی پر کچھ لعاب شریف لگا کر مٹی لگاتے پھر اس کا لیپ مرض کی جگہ کر دیتے اور یہ فرماتے جاتے کہ بفضلہٖ

تعالٰی ہمارا لعاب اور مدینہ کی مٹی شفا ہے اس سے چند مسئلے معلوم ہوئے ایک یہ کہ بیماری پر ٹوٹکے اور منتر جائز ہیں بشرطیکہ اس کے الفاظ کفر نہ ہوں اور کوئی کام حرام نہ ہو آگے چل کر مزید تحریر کرتے ہیں حضرت علامہ ملا علی قاری علیہ رحمۃ الباری نے ”مرقاۃ“ میں فرمایا ”وطن کی خاک میں بھی شفا ہوتی ہے اگر کوئی مسافر اپنے وطن کی مٹی پردیس لے جائے جس میں تھوڑی پینے کے گھڑے میں ڈال دیا کرے تو ان شاء اللہ عزوجل وہاں پانی نقصان نہ دے گا“۔(مراۃ جلد ۲ ص ۴۰۸)

﴿۲﴾ خارش کی بہترین حکایت

کسی شخص کے خارش ہوگئی تھی اور کسی تدبیر سے فائدہ نہ ہوتا تھا اس نے حجاز مقدس جانے والے ایک قافلے کے ساتھ سفر اختیار کیا مگر عاجز آکر اثنائے راہ کوفہ شریف میں رک گیا اور امیر المؤمنین مولائے کائنات حضرت علی کرم اللہ تعالٰی وجہہ الکریم کے مزار فائض الانوار پر مقیم ہوگیا جب سویا تو اس کی سوئی ہوئی قسمت انگڑائی لیکر جاگ اٹھی اور اس نے خواب میں مولا علی مشکل کشا کرم اللہ تعالٰی وجہہ الکریم کا جلوہ زیبا دیکھا تڑپ کر اپنی بیماری کی فریاد کی آپ کرم اللہ تعالٰی وجہہ الکریم نے یہ آیت کریمہ پڑھی

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ ○ فَكَسَوْنَا الْعِظٰمَ لَحْمًا ۗ ثُمَّ اَنْشَاْنٰهُ خَلْقًا اٰخَرَ ؕ فَتَبٰرَكَ اللّٰهُ اَحْسَنُ الْخٰلِقِيْنَ ۝۱۴ (پ ۱۸ المومنون ۱۴)

صبح اٹھا تو خارش کی بیماری سے مکمل شفا مل چکی تھی مذکورہ آیت کریمہ خارش کا مریض خود پڑھ کر اپنے اوپر دم کرلے یا کوئی دوسرا پڑھ کر مریض پر دم کردے اللہ عزوجل شفا دینے والا ہے اللہ رب العزت کی ان پر رحمت ہو اور ان کے صدقے ہماری مغفرت ہو۔

﴿۳﴾ ام عطار کی خارش کیسے ٹھیک ہوئی

امی جان رحمۃ اللہ تعالٰی علیہا کو برسوں تک ہتھیلیوں میں پریشان کن میٹھی کھجلی نے دق (پریشان) کیا کسی علاج سے نہ جاتی تھی کسی کے بتانے کے مطابق انہوں نے مہندی پانی کے ذریعے ذرا پتلی کر کے اس میں مناسب مقدار میں لیموں نچوڑ کر تھوڑا سا نیلا تھوتھا

(۱) شامل کر کے خارش پر لگانا شروع کیا الحمدللہ ان کو فائدہ ہو گیا یہ علاج تا حصول شفا جاری رکھنا چاہیے اگر پھر خارش ہو جائے تو دوبارہ یہی علاج کر لینا چاہیے۔

﴿۴﴾ مہندی سے علاج کے بارے میں اعلیٰ حضرت علیہ الرحمۃ کا ارشاد

مہندی خارش کے لئے مفید ہے مگر ہاتھ پاؤں میں خارش ہونے کی صورت میں مرد اسی وقت لگائے جبکہ دوسرا علاج ممکن نہ ہو بدن کی ایسی جگہ جہاں عورتیں نہیں لگایا کرتیں وہاں مرد مہندی لگا سکتا ہے مثلاً ران کندھا وغیرہ وغیرہ اس ضمن میں حکم شرعی بیان کرتے ہوئے میرے آقا و مولیٰ اعلیٰ حضرت امام اہلسنت مولانا شاہ امام احمد رضا خان بریلوی فتاوٰی رضویہ جلد 24 صفحہ 542 پر فرماتے ہیں کہ "مرد کو ہتھیلی یا پاؤں کے تلوے بلکہ صرف ناخنوں ہی میں مہندی لگانی حرام ہے کہ عورتوں کی تشبیہ یعنی مشابہت ہے مزید صفحہ 543 پر موجود تحریر کا خلاصہ یہ ہے کہ اس سے مرد علاج اسی صورت میں کر سکتا ہے جبکہ مہندی کے قائم مقام کوئی دوسری چیز نہ ہو نیز مہندی کسی ایسی دوسری چیز کے ساتھ مخلوط MIX نہ ہو سکے جو اس کے رنگ کو زائل یعنی ختم کر دے زیب و زینت اور آرائش مقصود نہ ہو۔

﴿۵﴾ خارش کا خوش ذائقہ حلوہ

سونف 250 گرام، دھنیا 250 گرام دونوں کو باریک پیس کر اس میں اصلی گھی 750 گرام اور ایک کلو چینی ڈال کر مکس کر کے محفوظ کر لیجئے روزانہ صبح و شام دو دو تولہ تقریباً 25-25 گرام کھا لیجئے خون کی خرابی خارش جریان اور ضعف بصر یعنی نظر کی کمزوری کے لئے ان شاء اللہ مفید پائیں گے۔

✍……روزانہ صبح نہار منہ یا روزہ ہو تو بوقت افطار فرج کے ٹھنڈے نہیں بلکہ سادہ پانی میں دو تولے خالص شہد ملا کر پینے سے جلد کی بیماریاں مثلاً خارش جلن اور پھوڑوں وغیرہ سے ان شاء اللہ چھٹکارا حاصل ہوگا۔

✍……خارش والی جگہ کو گرم یا سادہ پانی سے دھونا بھی مفید ہے۔

﴿۸﴾ غسل کے ذریعے خارش کا علاج

روزانہ نہانا یوں بھی صحت کے لئے مفید ہے اور اگر آپ کو خارش ہے تو روزانہ کوئی سا صابن اچھی طرح لگا کر نہائیں اور اگر سوکھی خارش ہو تو خوب مل کر بلکہ بازار سے نہانے کے استعمال کا لمبے ہینڈل والا پلاسٹک کا برش خرید کر اس سے اچھی طرح رگڑ کر غسل کر لیجئے جو کپڑے اتارے ہیں وہ دھوپ میں ڈال دیجئے تا کہ جراثیم مر جائیں دوسرے دن نہا کر پہلے دن جو اتارے تھے پہن لیجئے اور آج جو اتارے ہیں وہ دھوپ میں ڈال دیجئے یہ عمل روزانہ جاری رکھئے ان شاء اللہ عزوجل خارش میں کافی راحت محسوس کریں گے اگر دھوپ میں ڈالنا ممکن نہ ہو تو کسی بھی مناسب جگہ پر رسی وغیرہ ڈال دیجئے مگر دھوپ زیادہ مفید ہے (میڈیکل اسٹور سے خارش میں استعمال کے خصوصی صابن بھی مل سکتے ہیں)

﴿۹﴾...... پیاز کا رس خالص شہد اور نمک ملا کر کھرل کر لیجئے اور خوب اچھی طرح ملا لیجئے روزانہ برص (کوڑھ) کے داغوں پر لیپ کیجئے کچھ ہی عرصہ میں ان شاء اللہ عزوجل داغ دور ہو جائیں گے۔

﴿۱۰﴾...... جو پھوڑا پھوٹتا نہ ہو اس پر پیاز کو کوٹ کر گرم کر کے باندھ دیجئے ان شاء اللہ چند بار کے باندھنے سے پھوٹ جائے گا۔

﴿۱۱﴾ سردی میں ہاتھ پاؤں پھٹنے کا علاج

سردی کی شدت سے بعض اوقات ہاتھ پاؤں اور ہونٹ پھٹ جاتے ہیں اور ان میں چیرے سے پڑ جاتے ہیں جو سخت تکلیف دیتے ہیں اس کا آسان علاج یہ ہے کہ رات کو آگ کے سامنے بیٹھ کر متاثرہ مقام پر پیاز کا ٹکڑا ملئے۔

﴿۱۲﴾ بدن کے داغ دھبوں کا علاج

بعض اوقات جسم پر سیاہ دھبے نکل آتے ہیں جو دیکھنے والے کو بہت بدنما معلوم ہوتے ہیں اس کا علاج یہ ہے کہ روزانہ پانی میں نمک پگھلا کر اس میں پیاز کے ایک ٹکڑے کو ڈبو کر

آہستہ آہستہ رگڑیئے ان شاء اللہ عزوجل تھوڑے ہی دنوں میں شفا نصیب ہو جائے گی۔

☜......ٹراوٗ کارٹ کریم (TRAVO CORT CREAM) کو سوکھی خارش پر لگا کر انگلی وغیرہ سے رگڑیئے ان شاء اللہ عزوجل مفید ترین پائیں گے یہ مرہم ہر طرح کی خارش پھوڑے پھنسیوں اور زخم وغیرہ کے لئے کار آمد ہے۔

﴿۱۴﴾ خشک خارش

خشک خارش اگر لمبا عرصہ رہے تو "ایگزیما" میں تبدیل ہو جاتی ہے اور آگے چل کر اس سے پانی بھی بہنے لگتا ہے اور زخم بھی ہو جاتے ہیں اس کو infected eczema کہتے ہیں اس کے علاج کے لئے یہ نسخہ ان شاء اللہ عزوجل مفید پائیں گے۔

(۱): سالیسیلک ایسڈ ۲ فیصد — salicylic acid 2%
(۲): لیکوئیڈ پائیسز کارب ۲ فیصد — Liquid pices carb 2%
(۳): کلوبیٹا سول ۳۰ فیصد — Clobbetasyl 30%
(۴): ریسورسینال ا فیصد — Resorcinal 1%
(۵): وائٹ پیٹرولیم جیلی ۱۰۰ فیصد — White petroleum jelly 100%

طریقہ استعمال: جسم کے متاثرہ حصوں پر صبح وشام یہ مرہم لگایئے زیادہ تکلیف نہ ہو تو حسب ضرورت کبھی کبھی لگا لینا بھی ان شاء اللہ عزوجل مفید ہو گا نہ معلوم ہو تو کسی بھی میڈیکل اسٹور سے پوچھ لیجئے۔

﴿۱۵﴾ تر خارش

اسکیبیز scabies یہ خارش کی وہ قسم ہے جس میں ابتداءً خشک خارش ہوتی ہے بعد میں پھنسیاں اور زخم ہو جاتے ہیں اس خارش میں زیادہ تر ہاتھ پاؤں کی انگلیوں کے درمیان کی جگہ بغل اور پیشاب کی جگہ متاثر ہوتی ہے اور تقریباً پورے جسم میں رات کو خارش ہوتی ہے اس کا نسخہ یہ ہے:

(۱): سلفیورک پاؤڈر ۱۰ گرام — Sulphuric powder 10gram

(۲): وائٹ پیٹرولیم جیلی ۱۰۰ گرام White petroleum jelly 100gram

اس کا نام "۱۰ فیصد سلفیورک آئینٹمینٹ sulphuric oitment ہے رات کو سونے سے پہلے پاؤں کے تلووں تک مرہم لگا لیجئے اور صبح گرم پانی سے نہا لیجئے جو کپڑے یا بستر تبدیل کریں گے تو ان کو اچھی طرح دھو کر خوب دھوپ میں رکھئے یہ عمل مسلسل تین دن تک کیجئے ان شاء اللہ عزوجل خارش کا خاتمہ ہو جائے گا اس مرہم کا زیادہ استعمال نقصان دہ ہو سکتا ہے بہتر یہ ہے کہ استعمال سے پہلے کسی جلدی امراض کے ڈاکٹر سے مشورہ کر لیجئے Dispensing Chemist سے یہ مرہم بنوایا جا سکتا ہے۔

﴿۱۶﴾ گرمی دانوں کا علاج

گرمی دانے ستاتے ہوں تو نیم کی 11 کونپلیں نئی نکلی ہوئی چھوٹی چھوٹی پتیاں سات دن اور تکلیف زیادہ ہو تو 40 دن تک نہار منہ یعنی ناشتہ سے قبل خالی پیٹ پانی کے ساتھ کھا لیجئے ان شاء اللہ عزوجل گرمی دانے اور پھوڑے پھنسیاں ختم اگر گرمیاں شروع ہونے سے قبل ہی 30 دن تک یہ کورس کر لیں تو ان شاء اللہ عزوجل گرمی دانے وغیرہ نکلیں گے ہی نہیں۔

❁ "حرم" کے تین حروف کی نسبت سے سر میں خشکی کے 3 علاج

✍...... سر میں زیت یعنی زیتون شریف کا تیل ڈال کر روزانہ کم از کم سات منٹ بالوں کی جڑوں میں اچھی طرح مالش کیجئے ان شاء اللہ عزوجل سات دن میں سر کی خشکی پڑیاں اترنا سر میں کھجلی آنا وغیرہ سب ختم ہو جائے گا۔

✍...... روزانہ تھوڑے سے نیم کے پتے پیس کر پانی میں ڈال کر سر دھوئیے۔

✍...... انگور تربوز ناشپاتی سیب اور موسمی وغیرہ زیادہ استعمال فرمائیے۔

❁ درد کا روحانی علاج

بدن میں درد یا کسی چیز کی شکایت ہو تو تکلیف کی جگہ پر سیدھا ہاتھ رکھ کر بسم اللہ تین مرتبہ اور سات مرتبہ یہ دعا پڑھے

"اَعُوْذُ بِاللّٰهِ وَقُدْرَتِهٖ مِنْ شَرِّ مَا اَجِدُ وَاُحَاذِرُ"۔
یعنی اللہ عزوجل اور اس کی قدرت کے ساتھ اس چیز کے شر سے پناہ چاہتا ہوں جسے میں پاتا ہوں اور جس سے آئندہ خوف کرتا ہوں۔ پڑھ کر دم کرنا ضروری نہیں
(الحصن الحصین، ص ۱۰۹، المکتبۃ العصریۃ بیروت)

❁ المدینہ کے سات حروف کی نسبت سے دل کی بیماریوں کے

7 علاج

✍...... دل کی گھبراہٹ کے لئے:

وَلِیَرْبِطَ عَلٰی قُلُوْبِكُمْ وَیُثَبِّتَ بِهِ الْاَقْدَامَ ﴿۱۱﴾ (پ ۹، سورۂ انفال ۱۱)
اَلَا بِذِكْرِ اللّٰهِ تَطْمَىٕنُّ الْقُلُوْبُ ﴿۲۸﴾ (پ ۱۳، سورۂ رعد ۲۸)

اوپر دی ہوئی دو آیتوں کو مریض خود پڑھ کر یا دم کیا ہوا پانی پیجئے یا کوئی اور پڑھ کر پلا دے ان شاء اللہ عزوجل دل کی گھبراہٹ ختم ہو جائے گی۔

✍...... ہر نماز کے بعد دل پر ہاتھ رکھ کر کم از کم سات بار (زیادہ کی کوئی قید نہیں)
"یَا اللّٰهُ قَوِّنِیْ وَقَلْبِیْ"
ترجمہ "یا اللہ عزوجل مجھے اور میرے دل کو قوت عطا فرما۔ جب کبھی دل میں تکلیف اٹھے تو اس وقت بھی یہ عمل کیجئے ان شاء اللہ عزوجل افاقہ (کمی) ہو جائے گا غیر مریض بھی ہر نماز کے بعد یہ عمل کرے ان شاء اللہ عزوجل دل کے امراض سے محفوظ رہے گا۔

✍...... روزانہ کسی بھی وقت ایک بار یٰسین شریف پڑھ کر ایک سیب پر دم کر لیجئے پھر نہار منہ (یعنی ناشتہ سے قبل خالی پیٹ) کھا لیجئے ان شاء اللہ عزوجل کبھی بھی دل کی بیماری نہیں ہوگی

✍...... روزانہ لال انگوروں کا رس JUICE آدھ گلاس پئیں۔

✍...... روزانہ دو یا تین گلاس گاجر کا رس پئیں۔

✍...... دل کے مریض کے لئے موسمی اور کینو بہت مفید ہیں۔

﷽ ......دل کی بند شریانیں کھلنے کی حکایت

ایک صاحب کا بیان ہے کہ دل کی تکلیف کی وجہ سے میں نے "انجیو گرافی" کروائی تو دل کی تین شریانیں یعنی خون کی چھوٹی چھوٹی رگیں VEINS بند تھیں ڈاکٹروں نے ایک ماہ بعد آپریشن کی تاریخ دے دی اس دوران میں نے ایک حکیم صاحب سے رجوع کیا انہوں نے مجھے ایک نسخہ تجویز کیا میں نے ایک ماہ تک اس کو استعمال کیا مقررہ تاریخ پر کاڈیالوجی سینٹر میں سوا دو لاکھ روپے جمع کروا دیئے ڈاکٹروں نے مختلف ٹیسٹ کروائے دوسرے روز بائی پاس سرجری ہونے والی تھی انہوں نے مجھ سے پوچھا کہ انجیو گرافی ANGIOGRAPHY کروانے کے بعد آپ نے کون سی دوا استعمال کی میں نے حکیم صاحب کے دیئے ہوئے نسخے کی تفصیل بیان کر دی ڈاکٹروں نے بتایا کہ آپ کی تین بند شریانوں میں سے دو کھل چکی ہیں یہی نسخہ جاری رکھئے ہو سکتا ہے بقیہ vein بھی کھل جائے گی فی الحال آپ کو بائی پاس سرجری کی ضرورت نہیں چنانچہ میں اپنی جمع کروائی ہوئی رقم واپس لی اور خوشی خوشی لوٹ آیا۔ دل کی شریانیں کھولنے والا نسخہ یہ ہے:

لیموں کا رس ایک پیالی......ادرک کا رس ایک پیالی......لہسن کا رس ایک پیالی......سیب کا سرکہ ایک پیالی ان چاروں کو یکجان MIX کر کے ہلکی آگ پر آدھے گھنٹے تک ابالئے جب ایک پیالی کے برابر رس کم ہو جائے یعنی تین پیالی جتنا رس رہ جائے تو چولھے پر سے اتار لیجئے۔ جب ٹھنڈا ہو جائے تو تین پیالی شہد اس میں حل کر لیجئے دوا تیار ہے اس کو بوتل میں بھر لیجئے روزانہ صبح نہار منہ تین چمچ یہ دوا پی لیجئے ان شاء اللہ عزوجل دل کی جانب جانے والی تمام بند شریانیں کھل جائیں گی۔

❁ دردِ سر کا علاج

قیصرِ روم نے امیر المومنین حضرت سیدنا عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو خط لکھا کہ مجھے دائمی سر درد کی شکایت ہے اگر آپ کے پاس اس کی کوئی دوا ہو تو بھیج دیجئے! حضرت سیدنا عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے اس کو ایک ٹوپی بھیج دی قیصر روم اس ٹوپی کو پہنتا تو اس کا دردِ سر

کافور ہو جاتا اور جب سر سے اتارتا تو درد سر لوٹ آتا اسے بڑا تعجب ہوا آخر کار اس نے اس ٹوپی کو ادھیڑا تو اس میں سے ایک کاغذ برآمد ہوا جس پر بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ لکھا ہوا تھا۔ (تفسیر کبیر، ج ۱، ص ۱۰۰، دار احیاء التراث العربی بیروت)

میٹھے میٹھے اسلامی بھائیو! اس حکایت سے یہ بھی معلوم ہوا کہ جس کو درد سر ہو وہ ایک کاغذ پر بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ لکھ کر یا لکھوا کر اس کا تعویذ سر پر باندھ لے لکھنے کا طریقہ یہ ہے کہ انمٹ سیاہی مثلاً بال پوائنٹ سے لکھئے اور بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ کے "ہ" اور "م" کے دائرے کھلے رکھئے تعویذ لکھنے کا اصول یہ ہے کہ آیت یا عبارت لکھنے میں ہر دائرے والے حرف کا دائرہ کھلا ہو یعنی اس طرح مثلاً "ط ظ ہ ھ ص ض و م ف ق" وغیرہ اعراب لگانا ضروری نہیں لکھ کر موم جامہ (یعنی موم میں تر کئے ہوئے کپڑے کا ٹکڑا لپیٹ لیجئے جن کو عمامہ شریف کا تاج سر پر سجانے کی سعادت حاصل ہے وہ چاہیں تو عمامہ شریف کی ٹوپی میں سی لیں اسی طرح اسلامی بہنیں دوپٹے یا برقع کے اس حصے میں سی لیں جو سر پر رہتا ہے اگر اعتقاد کامل ہوگا تو ان شاء اللہ عزوجل درد سر جاتا رہے گا سونے یا چاندی یا کسی بھی دھات کی ڈبیہ میں تعویذ پہننا مرد کو جائز نہیں اسی طرح کسی بھی دھات کی زنجیر خواہ اس میں تعویذ ہو یا نہ ہو مرد کو پہننا ناجائز و گناہ ہے اسی طرح سونے چاندی اور اسٹیل وغیرہ کسی بھی دھات کی تختی یا کڑا جس پر کچھ لکھا ہو یا نہ لکھا ہو گرچہ اللہ کا مبارک نام یا کلمہ طیبہ وغیرہ کھدائی کیا ہوا ہو اس کا پہننا مرد کے لئے ناجائز ہے عورت سونے چاندی کی ڈبیا میں تعویذ پہن سکتی ہے۔ (فیضان سنت جلد اول ص ۶۹-۶۸)

٭ یا اللہ کے چھ حروف کی نسبت سے آدھے سر کے درد کا علاج ۔

(۱) اگر کسی کو آدھے سر کا درد ہو تو ایک بار سورۃ الاخلاص (اول آخر ایک مرتبہ درود پاک) پڑھ کر دم کیجئے حسب ضرورت تین بار سات بار یا گیارہ بار اسی طرح دم کیجئے گیارہ کا عدد پورا ہونے سے قبل ہی ان شاء اللہ عزوجل آدھے سر کا درد ٹھیک ہو جائے گا۔

(۲) جب درد ہو رہا ہو تو اس وقت سونٹھ (یعنی سوکھی ہوئی ادرک جو پنساری یعنی دیسی

دواء والوں سے مل سکتی ہے) کوتھوڑے سے پانی میں گھس کر سونٹھ کا گھسا ہوا حصہ پیشانی پر ملنے سے ان شاء اللہ عزوجل آدھے سر کا درد جاتا رہے گا۔

(۳) خشک دھنیا کے تھوڑے سے دانے اور تھوڑی سی کشمش (یعنی خشک انگور جس کو پنجابی میں ''سوگی'' کہتے ہیں) مٹکے کے ٹھنڈے یا سادہ پانی میں چند گھنٹے بھگو کر پینے سے ان شاء اللہ عزوجل فائدہ ہوگا۔

(۴) گرم دودھ میں دیسی گھی ملا کر پینے سے بھی فائدہ ہوتا ہے۔

(۵) ناریل کا پانی پینے سے آدھا سیسی (یعنی آدھے سر کا درد) اور پورے سر کے درد میں کمی آتی ہے۔

(۶) نیم گرم پانی کے بڑے برتن میں نمک ڈال کر دونوں پاؤں ۱۲ منٹ کے لئے اس میں ڈالے رہئے ان شاء اللہ عزوجل فائدہ ہوگا (ضرورتاً وقت میں کمی بیشی کر لیجئے)۔

(فیضان سنت، جلد اول، صفحہ ۸۰۔۸۱)

❁ یا رب کریم کے آٹھ حروف کی نسبت سے درد سر کے 8 علاج

لَّا یُصَدَّعُوْنَ عَنْهَا وَلَا یُنْزِفُوْنَ ﴿۱۹﴾

ترجمہ: کہ اس سے نہ انہیں دردِ سر ہو نہ ہوش میں فرق آئے۔ (پ ۲۸ الواقعہ ۱۹)

یہ آیت کریمہ تین بار اول آخر ایک بار درود شریف پڑھ کر درد سر والے پر دم کیجئے ان شاء اللہ عزوجل فائدہ ہو جائے گا (ترجمہ پڑھنے کی ضرورت نہیں)۔

(۲) سورۃ الناس سات بار (اول آخر ایک بار درود پاک) پڑھ کر سر پر دم کیجئے اور پوچھئے اگر ابھی درد سر باقی ہو تو دوسری بار بھی دم کیجئے اگر اب بھی درد ہو تو تیسری بار بھی اسی طرح دم کیجئے پورے سر کا درد ہو یا آدھے سر کا کیسا ہی شدید درد ہو تین بار میں ان شاء اللہ عزوجل جاتا رہے گا۔

(۳) پورے سر کا درد ہو یا شقیقہ یعنی آدھے سر کا درد بعد نماز عصر سورۃ التکاثر ایک بار (اول آخر ایک بار درود شریف) پڑھ کر دم کیجئے ان شاء اللہ عزوجل درد میں افاقہ ہوگا۔

(۴) زبان پر ایک چٹکی نمک رکھ کر ۱۲ منٹ کے بعد ایک گلاس پانی پی لیجئے سر میں کیسا ہی درد ہو ان شاء اللہ عزوجل افاقہ ہوگا (ہائی بلڈ پریشر کے مریض کے لئے نمک کا استعمال نقصان دہ ہوسکتا ہے)۔

(۵) ایک کپ پانی میں ایک چمچ ہلدی ڈال کر جوش دے کر پینے یا بھاپ لینے سے ان شاء اللہ عزوجل سر کا درد دور ہو جائے گا (سالن وغیرہ میں ہلدی ضرور استعمال کیجئے روزانہ ایک گرام یعنی چٹکی بھر ہلدی کھانے والا ان شاء اللہ عزوجل کینسر سے محفوظ رہے گا)۔

(۶) روزانہ رات کو سات دانے بادام اور 21 دانے کشمش یعنی سوکھے ہوئے انگور چھوٹے بڑے کوئی سے بھی ہوں پانی میں بھگو دیجئے اور یہ دونوں چیزیں صبح دودھ کے ساتھ کھا لیجئے بالخصوص بادام اچھی طرح چبا کر یا پیس کر کھایئے ان شاء اللہ عزوجل درد سر دور ہو جائے گا قوت حافظہ کے لئے بھی یہ نسخہ مفید ہے۔

(۷) دیسی گھی میں تلی ہوئی گرما گرم تازہ جلیباں طلوع آفتاب سے قبل کھانے سے ان شاء اللہ عزوجل درد سر میں آرام آجاتا ہے۔

(۸) کبھی اتفاقیہ درد سر ہو جائے تو کھانا کھانے کے بعد ڈسپرین DISPIRIN کی دو ٹکیہ پانی میں گھول کر پی لیجئے ان شاء اللہ عزوجل ٹھیک ہو جائے گا ہر طرح کے درد کی ٹکیہ کھانا کھانے کے بعد ہی استعمال کی جائے ورنہ نقصان کا اندیشہ ہے۔

مدنی مشورہ: اگر دواؤں سے درد ٹھیک نہ ہوتا ہو تو آنکھیں ٹیسٹ کروا لیجئے اگر نظر کمزور ہو تو عینک پہننے سے ان شاء اللہ عزوجل درد سر ٹھیک ہو جائے گا پھر بھی ٹھیک نہ ہو تو دماغ کے خصوصی ڈاکٹر سے رجوع کرنا ضروری ہے اس میں کوتاہی بعض اوقات سخت نقصان دہ ثابت ہوتی ہے۔

❁ ''مدینہ'' کے پانچ حروف کی نسبت سے دائمی نزلے کے 5 علاج

(۱) 30 دن تک روزانہ ناشتہ کے دو گھنٹے بعد مچھلی کا تیل COD LIVER OIL آدھی چمچی پئیں سردیوں میں رات کو بھی مزید آدھی چمچی استعمال کر سکتے ہیں ان شاء

اللہ عزوجل دائمی نزلہ سے آرام آجائیگا۔

(۲) بچوں کو اگر بار بار نزلہ ہوتا ہو تو مچھلی کا تیل تین تین قطرے دن میں ایک یا دو بار 30 دن تک پلایئے بچوں کے لئے خوشبودار مچھلی کا تیل میڈیکل اسٹور سے طلب کیجئے۔

(۳) روزانہ رات مٹھی بھر بھنے ہوئے چنے چھلکے سمیت کھانا پھر ایک گھنٹے تک پانی یا چائے وغیرہ کوئی سا مشروب نہ پینا دائمی نزلے کے لئے مفید ہے۔

(۴) ناک سے گہرے گہرے سانس لیجئے نماز فجر کے بعد زیادہ بہتر ہے۔

(۵) ہر وضو میں روزانہ ناک میں تینوں بار پانی قدرے یعنی تھوڑا سا زور سے چڑھایئے۔

❁ نزلے کا دیسی علاج

ایک تولہ یعنی تقریباً 12 گرام سونف اور سات عدد لونگ دو کلو پانی میں ڈال کر چولہے پر خوب جوش دیجئے جب 250 گرام پانی رہ جائے تو ایک تولہ یعنی تقریباً 12 گرام مصری ڈال کر چائے کی طرح نوش فرمایئے دو تین بار کے استعمال سے انشاء اللہ عزوجل نزلہ وزکام دور ہو جائے گا۔

❁ نزلہ کھولنے کے لئے

دہکتے ہوئے کوئلوں پر پسی ہوئی ہلدی ڈال کر دھونی لینے سے ناک کھل جاتی ہے اور نزلہ بہنے لگتا ہے۔

❁ بواسیر اور اس کے بعض اسباب

باسور یعنی مقعد میں ہونے والا مسا باسور کی جمع بواسیر ہے بواسیر کے تین اہم اسباب ہیں پرانی قبض......تبخیر معدہ (یعنی وہ بخارات (بھاپ) جو کھانا کھانے کے بعد معدہ سے دماغ کو چڑھتے اور بدن کو بھی تھوڑا سا گرما دیتے ہیں)......اکثر کرسی پر بیٹھنا ان چیزوں سے مقعد (دبر) کے آس پاس کی اندرونی رگوں میں خون کا ٹھہراؤ ہو جاتا ہے جس کے سبب وہ رگیں پھول کر مسوں piles کی صورت میں باہر نکل آتی ہیں یا اندر کی طرف رہتی ہیں

اس کو بواسیر کہتے ہیں بعض لوگوں کی بواسیر بیک وقت اندرونی اور بیرونی طرف ہوتی ہیں۔

❁ زیتون سے بواسیر کا علاج

حدیث شریف میں ہے کہ ”زیتون کا تیل کھاؤ اسے لگاؤ یہ مبارک درخت سے ہے اور اس میں ستر بیماریوں کی شفاء ہے جن میں جذام بھی ہے اس میں بواسیر کو بھی شفا ہے“۔

(مراۃ ج ۶ ص ۲۲۶، مرقاۃ المفاتیح ج ۸ ص ۳۰۸ تحت الحدیث ۴۰۳۰)

زیتون کا تیل بغیر پکائے کھانا فائدہ مند ہوتا ہے اور یہ کولیسٹرول کو بھی کم کرتا ہے لہٰذا کچا استعمال کیا جائے کچا کھانے میں کسی قسم کی بدمزگی نہیں ہوتی کھانا کھاتے وقت اپنی رکابی میں چاول سالن وغیرہ نکال کر چمچ سے زیتون شریف کا تیل ڈال کر شوق سے تناول فرمایئے۔

❁ گردہ کی پتھری

ہم وزن مولی اور آلو بھون کر حسب ضرورت سونف نمک اور کالی مرچ شامل کر کے استعمال کرنا گردے کے درد اور پتھری کے لئے مفید ہے۔

❁ گردے کے درد کے 2 علاج

﴿۱﴾ خربوزے کے تھوڑے سے بیج چھیل کر روزانہ کھا لیجئے اور اوپر پانی پی لیجئے ان شاءاللہ عزوجل گردے کے درد میں راحت ملے گی۔

﴿۲﴾ مولی اور اس کے پتے ککڑی کھیرا تربوز خربوزہ کثرت سے کھانا بھی ان شاءاللہ عزوجل گردے کے درد سے نجات کا باعث ہوگا۔

❁ دمہ اور سانس پھولنا

5 عدد کالی مرچ 10 عدد مغز بادام 10 گرام منقّٰی سوتے وقت کھایئے اس کے بعد پانی نہ پئیں ان شاءاللہ عزوجل راحت محسوس کریں گے۔

❁ معدہ میں زخم

دو ہفتہ تک دن میں تین مرتبہ بند گوبھی کا رس ایک ایک گلاس پی لیجئے بند گوبھی کا سالن

بھی کھایئے ان شاء اللہ عزوجل سب بہتر ہو جائے گا۔

❁ جگر یا معدہ کے تمام امراض کے لئے:

بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ ۝ لَّوۡ کَانَ الۡبَحۡرُ مِدَادًا لِّکَلِمٰتِ رَبِّیۡ

(پارہ ۱۶ الکہف ۱۰۹)

بعد نماز فجر تین عدد سادی چینی کی پلیٹوں پر یا مومی کاغذوں پر زردے کے رنگ سے اوپر دی ہوئی آیت مبارکہ لکھئے اعراب لگانے کی حاجت نہیں البتہ دائرے والے حروف کے دائرے کھلے رہیں اور صبح دوپہر اور رات ایک ایک پلیٹ پانی سے دھو کر پی لیجئے مدت علاج 40 دن ہے اس کے علاوہ اسی رنگ سے لکھ کر ریگزین یا چمڑے میں تعویذ بنا لیجئے اسلامی بہنیں اپنے گلے میں اور اسلامی بھائی اپنے سیدھے بازو پر باندھ لیں یہ علاج جگر اور معدے کے علاوہ گردوں کے درد کے لئے بھی مفید ہے جب بھی تعویذ پہننا ہو اس کو پلاسٹک کوٹنگ یا موم جامہ کر لینا چاہیے۔

❁ ہائی بلڈ پریشر

(۱) سات عدد کالی مرچ اور سات عدد نیم کی کونپلیں یعنی نیم کے درخت کی ابتدائی چھوٹی چھوٹی پتیاں روزانہ کھایئے یا نیم کی پتیوں کا ایک چمچ رس روزانہ صبح پی لیا کریں ہائی بلڈ پریشر کے ساتھ ساتھ شوگر جلد جگر اور جنسی بیماریوں سے بھی ان شاء اللہ عزوجل تحفظ حاصل ہوگا۔

(۲) ہر کھانے کے ساتھ لہسن کا ایک یا تین جوا یعنی لہسن کی پوتھی کی ایک پھانک چھیل کر کچی نگل لیا کریں ٹکڑے کر کے یا کوٹ کر بھی استعمال کر سکتے ہیں ان شاء اللہ عزوجل بہت ساری بیماریوں سے تحفظ حاصل ہوگا (کچی لہسن، کچی مولی، کچی پیاز وغیرہ کوئی بھی ایسی چیز کھائی جس سے منہ میں بدبو ہو جاتی ہے تو جب تک منہ میں بدبو ہو مسجد میں داخلہ حرام ہے (اس مسئلہ کی تفصیلی معلومات مکتبۃ المدینہ کا مطبوعہ 30 صفحات پر مشتمل مختصر رسالہ "مسجدیں خوشبودار رکھئے" ہدیۃً حاصل کر کے پڑھ لیجئے)

❁ چاول بلڈ پریشر میں مفید ہیں

فشار الدم یعنی ہائی بلڈ پریشر دل کے مرض اور معدہ کی خرابی کے دو ہزار مریضوں پر ڈاکٹروں نے دس سال تک تجربات کرنے کے بعد یہ رائے قائم کی ہے ان امراض میں ''چاول کی غذا'' بہترین علاج ہے بالخصوص بلڈ پریشر کے مرض کے آغاز میں چاول زیادہ مفید ہیں۔

❁ پرہیز میں آدھا علاج ہے'' کے اٹھارہ حروف کی نسبت سے کھانسی کے 18 علاج

(۱) ہر طرح کی کھانسی کے مریض دن میں کئی بار خالص شہد چاٹیں کھانسی بلکہ گلے کے ہر طرح کے درد میں بھی ان شاء اللہ عزوجل فائدہ ہوگا۔

(۲) اگر کالی کھانسی ہو تو مناسب مقدار میں پسی ہوئی سونٹھ (یعنی خشک ادرک) خالص شہد پر چھڑک دیجئے اور سات دن روزانہ صبح و شام تھوڑا تھوڑا چاٹ لیجئے کالی کھانسی بلکہ ہر طرح کی کھانسی کے لئے ان شاء اللہ عزوجل مفید پائیں گے۔

(۳) ہر گھنٹے کے بعد ایک لونگ منہ میں رکھ کر چباتے اور چوستے رہئے ان شاء اللہ عزوجل کھانسی کا زور ٹوٹے گا۔

(۴) پودینے کا رس پینے سے بھی کھانسی ٹھیک ہو جائے گی ان شاء اللہ عزوجل۔

(۵) چند کھجوریں کھا کر ایک کپ نیم گرم پانی پی لیجئے ان شاء اللہ عزوجل بلغم پتلا ہو کر خارج ہو جائے گا کھانسی دمہ دونوں کے لئے یہ علاج فائدہ مند ہے (جن کو کھجوریں موافق نہ آتی ہوں وہ یہ علاج نہ کریں اور آنکھوں کے مریض کے لئے بھی کھجوریں کھانا نقصان دہ ہو سکتا ہے)۔

(۶) تقریباً 25 گرام ادرک کے رس میں شہد ملا کر دن میں تین بار چاٹنے سے بھی بلغم خارج ہوگا ان شاء اللہ عزوجل۔

(۷) کیلے کے درخت کا پتا سکھانے کے بعد توے پر جلا کر اس کی راکھ میں شہد ملا کر

کھانسی کے مریض کوتھوڑی تھوڑی چباتے رہیے ان شاء اللہ عزوجل آرام آجائے گا۔

(۸) شہد میں پیاز کا رس ملا کر پینے سے ان شاء اللہ عزوجل ہر طرح کی کھانسی میں فائدہ ہوگا۔

(۹) تھوڑی سی پسی ہوئی کالی مرچ دودھ میں جوش دے کر پی لیجئے۔

(۱۰) دو چمچ ادرک کا رس اور ایک چمچ شہد ملا کر پی لیجئے ان شاء اللہ عزوجل کھانسی سے نجات ملے گی۔

(۱۱) پیاز ابال کر پینے سے بلغم نکلتا ہے اور کھانسی میں آرام آجاتا ہے۔

(۱۲) کشمش (یعنی خشک انگور) اور شکر یا انار کا چھلکا چوسنا کھانسی کیلئے مفید ہے۔

(۱۳) گرم دودھ میں تھوڑی سی ہلدی اور دیسی گھی ملا کر پینے سے کھانسی میں فائدہ ہوتا ہے۔

(۱۴) پانی میں تھوڑا سا نمک گھول کر پینے سے ان شاء اللہ عزوجل کھانسی کو آرام ملے گا۔

(۱۵) رات کو نمک کی ڈلی منہ میں رکھ لیجئے ان شاء اللہ عزوجل کھانسی میں کمی ہو جائے گی۔

(۱۶) پودینے کا رس پینا کھانسی میں نفع بخش ہے۔

(۱۷) پان کے دو چار پتے توے وغیرہ پر گرم کر کے ان پر ہلکا گرم تیل لگا کر گلے پر باندھنا پرانی کھانسی کے لئے مفید ہے (پان کے پتے گرم کرتے وقت یہ خیال رکھئے کہ جل نہ جائیں اور گلے پر باندھتے وقت یہ خیال رکھیں کہ گرم ہوں مگر اتنے نہ کہ تکلیف پہنچے)۔

(۱۸) روزانہ کشمش (خشک چھوٹے انگور جس کو پنجابی میں ''سوگی'' کہتے ہیں) کے 40 دانے اگر موافق آتے ہوں تو دگنے کرنے میں بھی کوئی حرج نہیں اور تین عدد بادام لے کر اس پر 11 بار درود شریف پڑھ کر دم کر کے کھا لیجئے اسکے اوپر دو گھنٹے تک پانی نہ پئیں ان شاء اللہ عزوجل کھانسی میں بہت فائدہ ہوگا بلغم نکلے گا اور مزید نہیں بنے گا (ضرورتاً کشمش کی

تعداد بڑھا دیجئے) بہت چھوٹے بچوں کے لئے حسب ضرورت مقدار کچھ کم کر دیجئے تا حصول شفا جاری رکھئے۔

❁ یا اللہ کے چھ حروف کی نسبت سے ہچکی کے 6 علاج

وہ ہوا جو گلے سے رک رک کر آواز کے ساتھ نکلتی ہے اس کو ہچکی کہتے ہیں۔

﴿۱﴾ دو لونگ منہ میں ڈال کر ان کا رس چوسیئے ان شاء اللہ عزوجل ہچکی فوراً بند ہو جائے گی۔

﴿۲﴾ تھوڑی سی ہلدی یا تھوڑا سا زیرہ پانی کے ساتھ پھانک لیجئے۔

﴿۳﴾ مولی یا گنے کا رس پی لیجئے۔

﴿۴﴾ گاجر کو پیس کر سونگھ لیجئے۔

﴿۵﴾ آم کے درخت کے پتے جلا کر دھونی لیجئے۔

﴿۶﴾ اگر بچہ کو بار بار ہچکی آرہی ہو اور خود بخود بند نہ ہو تو تھوڑا سا شہد چٹا دیجئے ان شاء اللہ عزوجل ہچکی بند ہو جائے گی۔

❁ کرم کے تین حروف کی نسبت سے ہاتھ پیر سن ہو جانے کے 3 علاج

﴿۱﴾ روزانہ نہار منہ (ناشتہ سے قبل یا روزہ ہو تو افطار کے وقت خالی پیٹ) چٹکی بھر کلونجی پانی کے ساتھ استعمال کیجئے۔

﴿۲﴾ گیارہ عدد خشک خوبانی رات کو پانی میں بھگو لیجئے اور صبح کھا لیجئے (کم از کم 40 دن تک)۔

﴿۳﴾ پانی کے گلاس میں ایک چمچ شہد ملا کر اس میں آدھا لیموں نچوڑ کر روزانہ نہار منہ (ناشتہ سے قبل یا روزہ ہو تو افطار کے وقت خالی پیٹ) پی لیجئے (مدت علاج کم از کم 40 دن ہے)۔

❁ خدا کے تین حروف کی نسبت سے آواز بیٹھ جائے تو تین علاج

﴿۱﴾ نمک کا چھوٹا سا ٹکڑا آگ میں خوب گرم کر کے کسی چیز سے پکڑ کر فوراً ٹھنڈے پانی کے گلاس میں بجھا دیجئے پھر وہ نمک کی ڈلی پانی سے نکال کر اس پانی کو پی جایئے دو تین بار یہ علاج کرنے سے ان شاء اللہ عزوجل فائدہ ہو جائے گا۔

﴿۲﴾ ایک چمچ جو شریف کے دانے چبایئے اور چوسیے پھر آخر میں نگل جایئے

﴿۳﴾ خشخاش کے چھلکے اور اجوائن ہم وزن لے لیجئے اور پانی میں ابال کر برداشت کے قابل ہو جانے کے بعد اس پانی سے غرغرے کیجئے۔

❁ گلا بیٹھ گیا ہو تو

پیاز کا رس ایک تولہ (تقریباً 12 گرام) میں شہد دو تولہ (تقریباً 25 گرام) ملا کر گرم کر کے پینے سے ان شاء اللہ عزوجل بیٹھی ہوئی آواز صاف ہو جائے گی مگر آتشک (ایک جنسی بیماری) اور جذام (یعنی کوڑھ) کے مریض کو اس سے فائدہ نہیں ہوگا۔

❁ ''غوث اعظم'' کے سات حروف کی نسبت سے منہ کے چھالے کے 7 علاج

﴿۱﴾ اطباء یعنی طبیبوں کا کہنا ہے کہ بعض اوقات معدہ کی گرمی اور تیزابیت سے منہ میں چھالے پڑ جاتے ہیں اور اس مرض سے خاص قسم کے جراثیم منہ میں پھیل جاتے ہیں اس کے لئے منہ میں تازہ مسواک ملئے اور اس لعاب کو کچھ دیر تک منہ کے اندر پھراتے رہیئے اس طرح کئی مریض ٹھیک ہو چکے ہیں۔

﴿۲﴾ مٹھی بھر برگ حنا یعنی مہندی کے پتے پانی میں ابال کر دن میں دو بار اس کے غرارے کیجئے ان شاء اللہ عزوجل فائدہ ہو جائے گا۔

﴿۳﴾ پاؤ بھر گرم پانی کے اندر ایک لیموں نچوڑ کر اس سے کلیاں کیجئے دن میں تین بار۔

﴿۴﴾ انڈے کی سفیدی پھینٹ کر روئی کی پھریری سے چھالوں پر لگایئے ان شاء اللہ

عزوجل آرام آجائے گا۔

﴿۵﴾ دن میں دو تین بار گلیسرین لگانا بھی ان شاء اللہ عزوجل مفید ہوگا۔

﴿۶﴾ میڈیکل اسٹور سے (DAKTARIN (MICONAZOLE نامی ٹیوب لے کر دن میں چند بار تھوڑی تھوڑی دوا ڈال کر منہ میں چند منٹ پھرایئے پھر تھوک دیجئے ان شاء اللہ عزوجل چھالے ٹھیک ہو جائیں گے چھوٹے بچوں کو بھی استعمال کروا سکتے ہیں اگر یہ دوا معمولی سی پیٹ میں چلی جائے تب بھی حرج نہیں (روزہ کی حالت میں دن کے وقت منہ میں دوا نہیں لگا سکتے)۔

﴿۷﴾ منہ کے چھالوں اور تقریباً 80% فیصد بیماریوں کا علاج کم کھانے میں ہے اگر یقین نہ آتا ہو تو پیٹ بھر کھانا چھوڑ دیجئے اور رحمت الٰہی عزوجل کے کرشمے دیکھئے فیضان سنت جلد اول کے باب'' پیٹ کا قفل مدینہ'' میں دی ہوئی ہدایت کے مطابق عمل کیجئے ان شاء اللہ عزوجل آپ اس کی برکتیں دیکھ کر حیران رہ جائیں گے یقین مانیئے زیادہ کھانے سے جان'' بنتی'' نہیں'' بگڑتی'' ہے۔

❁ کینسر

﴿۱﴾ پسا ہوا کالا زیرہ تین تین گرام دن میں تین مرتبہ پانی سے استعمال کیجئے۔

﴿۲﴾ روزانہ چٹکی بھر پسی ہوئی خالص ہلدی کھانے سے ان شاء اللہ عزوجل کبھی کینسر نہیں ہوگا۔

❁ منہ کے کینسر کا ایک سبب

سگریٹ نوشی، تمباکو، خوشبودار میٹھی چھالیہ الائچی کے خوشبودار بیج، مین پوڑی، پان، گٹکا، ستی، پان کے مختلف خوشبودار مصالحے کا کثرت سے استعمال سانس کی نالی میں زخم پھیپھڑوں میں پیپ کا پڑ جانا اور طرح طرح کی خوفناک بیماریوں کا سبب بن سکتا ہے اور اس سے منہ کا کینسر بھی ہوسکتا ہے

(تفصیلی معلومات کے لئے مکتبۃ المدینہ کا مطبوعہ مختصر رسالہ'' پان گٹکے کی تباہ کاریاں'' 40 صفحات کا

مطالعہ فرمالیجئے۔

❁ ''یا نبی'' کے پانچ حروف کی نسبت سے برے خوابوں کے 5 مدنی علاج

﴿۱﴾ باوضو سونے کی عادت بنایئے۔

﴿۲﴾ سونے سے قبل "اَعُوْذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّیْطٰنِ الرَّجِیْمِ" سات بار پڑھ کر دعا کیجئے کہ ''یا اللہ! میٹھے میٹھے مصطفیٰ (ﷺ) کا صدقہ مجھے برے خوابوں سے بچا (اول آخر ایک بار درود شریف) ان شاء اللہ عزوجل برا خواب نظر نہیں آئے گا۔

﴿۳﴾ برا خواب دیکھ کر آنکھ کھلنے پر "لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ مِنَ الشَّیْطٰنِ الرَّجِیْمِ" تین تین بار پڑھ لیجئے۔

﴿۴﴾ برا خواب دیکھنے کے بعد بائیں کندھے کی طرف تھتکار کر کروٹ بدل لیجئے اور تین بار پڑھیے "اَعُوْذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّیْطٰنِ الرَّجِیْمِ یَا مُتَکَبِّرُ"۔

﴿۵﴾ اکیس بار سونے سے قبل پڑھ لیجئے ان شاء اللہ عزوجل خواب میں نہیں ڈریں گے مذکورہ تمام مدنی علاج اچھی اچھی نیتوں کے ساتھ عمر بھر جاری رکھئے اور شفا کے ساتھ ساتھ ثواب بھی کمایئے۔

ایک مٹھی پنیر رات پانی میں بھگو دیں صبح اٹھ کر پنیر کے دانے ہاتھ سے مسل لیں پھر اچھی طرح اسے چھان کر پئیں۔ (اول ۱۲ بار درود شریف اور ۱۲ بار بسم اللہ شریف) یہ عمل نہار منہ روزانہ کرنا ہے۔

❁ پیلیا (یرقان) کے 2 علاج

﴿۱﴾ بھنے ہوئے چنوں پر اول وآخر ایک بار درود شریف کے ساتھ سورۃ الفلق اور سورۃ الناس ایک ایک بار یا تین تین بار پڑھ کر دم کر دیجئے اور تھوڑے تھوڑے کھاتے رہیے۔

﴿۲﴾ گنے کو رات میں شبنم میں رکھ دیجئے اور صبح استعمال کیجئے۔

❁ بدزبانی کا علاج

جو بے تکی باتیں کر کے غصے سے جھاڑ کر لوگوں کے دل دکھا بیٹھتا ہو وہ روزانہ استغفر اللہ سو مرتبہ اول وآخر ایک بار درود شریف پڑھے ان شاء اللہ عزوجل بدزبانی کی عادت نکل جائے گی مسلمانوں کی ناحق دل آزاریاں کر بیٹھنے کی صورت میں اللہ تواب عزوجل کی جناب میں توبہ کے ساتھ ساتھ جن جن کا دل دکھایا ہو ان سے معافی مانگنی ضروری ہے۔

حضرت سیدنا حذیفہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے بارگاہ رسالت میں زبان کی تیزی کی شکایت کی تو فرمایا کہ تم استغفار کو لازم کیوں نہیں کر لیتے بے شک میں دن میں سو بار استغفار کرتا ہوں۔ (مسند امام احمد بن حنبل ج ۹ ص ۹۵ حدیث ۲۳۴۰۰)

❁ "نبی کا کرم" کے آٹھ حروف کی نسبت سے شوگر کے 8 علاج

رَّبِّ اَدْخِلْنِیْ مُدْخَلَ صِدْقٍ وَّ اَخْرِجْنِیْ مُخْرَجَ صِدْقٍ وَّ اجْعَلْ لِّیْ مِنْ لَّدُنْكَ سُلْطٰنًا نَّصِیْرًا۝ (پارہ ۱۰ بنی اسرائیل آیت نمبر ۸۰)

❁...... روزانہ صبح وشام اوپر دی ہوئی آیت مبارکہ تین بار (اول وآخر ایک بار درود شریف پڑھکر پانی پر دم کر کے پی لیجئے ان شاء اللہ عزوجل شوگر سے نجات ملے گی (تاحصول شفاء)

❁...... ایک کپ کلونجی ایک کپ رائی آدھا کپ انار کا سوکھا ہوا چھلکا اور آدھا کپ پت (پاپڑی) ملا کر پیس لیجئے اس پر سات بار سورۃ الفاتحہ (اول آخر ایک ایک بار درود پاک) پڑھ کر دم کیجئے اور تیس روز تک بلا ناغہ روزانہ نہار منہ یعنی ناشتہ سے قبل یا روزہ ہو تو افطار کے وقت خالی پیٹ آدھا چمچ استعمال کیجئے شوگر میں کمی پائیں گے۔

❁...... خشک سونف اور خشک آملہ ہموزن پیس کر باریک چھان کر اس پر تین سو تیرہ بار درود پاک پڑھ کر دم کر کے رکھ لیجئے اور اندازاً چھ چھ ماشہ (6 گرام) تاحصول شفاء روزانہ صبح وشام تازہ یا مٹکے کے پانی سے استعمال کیجئے ان شاء اللہ عزوجل اسے شوگر کم کرنے کا بہترین علاج پائیں گے۔

❁...... روزانہ ایک عدد سدا بہار پھول (سفید) نہار منہ کھا لیجئے۔

❁...... ایک کلو سوکھے ہوئے کریلے پیس کر رکھ لیجئے روزانہ صبح نہار منہ چوتھائی چمچ پانی کے ساتھ استعمال کیجئے اور اللہ عزوجل کے فضل وکرم کا نظارہ فرمائیے (مدت علاج کم از کم 92 دن ہے۔

❁...... کریلے کا پاؤڈر کے بجائے اگر روزانہ صبح وشام کریلے کا رس ایک ایک چمچ پی لیں تب بھی ان شاء اللہ عزوجل شوگر کی بیماری میں حیرت انگیز طور پر فائدہ ہوگا اس کے ساتھ اگر کھانا کم کھائیں گے تو ان شاء اللہ عزوجل شوگر کے مرض کے ساتھ ضمناً موٹاپے کا علاج بھی ہوتا چلا جائے گا۔

❁...... پسے ہوئے کالے چنے اور جو شریف کی روٹی روزانہ کھائیے یا بھنے ہوئے چنے کھا لیجئے براؤن خبز (یعنی براؤن روٹی) یا براؤن بریڈ یہ دونوں بیکری سے مل سکتے ہیں استعمال کیجئے۔

❁...... بڑی الائچی کے اندر سے دانے نکال کر تا حصول شفاء روزانہ صبح وشام پانچ پانچ دانے چبا کر نگل لیجئے ان شاء اللہ عزوجل بہت فائدہ ہوگا۔

❁ دانتوں کی مضبوطی کے راز کی حکایت

ایک صاحب جن کی عمر 100 برس سے کچھ کم تھی اپنے دانتوں سے گنا کھا لیتے تھے اور فرماتے تھے کہ جب گنا کھاتا ہوں تو میرے دانتوں پر جوان آدمی رشک کرتے ہیں کسی نے ان سے دانتوں کی محفوظی اور مضبوطی کا سبب دریافت کیا تو فرمایا کہ "اعلیٰ حضرت رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ نے مجھے بچپن میں یہ عمل بتایا تھا کہ عشاء کے وتر جب پڑھے جائیں تو پہلی رکعت میں بعد الحمد سورۃ اذا جاء دوسری میں تبت یدا اور تیسری میں سورۃ الاخلاص پڑھنے سے دانت عمر بھر ہر تکلیف سے محفوظ رہتے ہیں جب سے میں اسی طرح پڑھتا ہوں اور اسی عمل کی یہ برکت ہے۔

❁ دانتوں اور کانوں کی حفاظت کا آسان عمل

جب چھینک آئے تو الحمد للہ کہے اور اگر رب العالمین بھی بڑھا دیں یعنی

الحمد للّٰہ رب العالمین کہے تو بہتر ہے جب کہ الحمد اللّٰہ رب العالمین علی کل حال کہنا بہت ہی بہتر ہے حضرت سیدنا علی کرم اللہ تعالیٰ وجہہ الکریم فرماتے ہیں جو شخص چھینک آنے پر الحمد للّٰہ رب العالمین علی کل حال کہے گا اسے کبھی داڑھ کا درد اور کان کا درد نہ ہوگا ان شاء اللہ عزوجل۔

(مرقاۃ المفاتیح ج ۸ ص ۴۹۹ تحت الحدیث ۴۷۳۹ دار الفکر بیروت)

مفسر شہیر حکیم الامت حضرت مفتی احمد یار خان علیہ الرحمۃ المنان فرماتے ہیں کہ جو کوئی شخص چھینک پر کہے "الحمد للّٰہ رب العالمین علی کل حال" اور اپنی زبان سارے دانتوں پر پھیر لے تو ان شاء اللہ عزوجل دانتوں کی بیماریوں سے محفوظ رہے گا مجرب یعنی تجربہ شدہ عمل ہے۔ (مراۃ المناجیح ج ۶ ص ۳۹۶)

بہار شریعت حصہ 16 صفحہ 120 پر ہے کہ چھینکنے والے سے پہلے ہی سننے والے نے الحمد للّٰہ کہا تو ایک حدیث میں آیا ہے کہ یہ شخص دانتوں اور کانوں کے درد اور تخمہ سے محفوظ رہے گا اور ایک حدیث میں ہے کہ کمر کے درد سے محفوظ رہے گا۔

(ردالمحتار ج ۹ ص ۶۸۴ دار المعرفۃ بیروت)

❁ دانت کمزور ہونے کی ایک وجہ

کھانے کے بعد خلال کرنا سنت ہے نہ کرنے سے دانت کمزور ہو جاتے ہیں۔

❁ دانتوں کے درد کے دو علاج

﴿۱﴾ ہینگ کو پانی میں جوش دے کر کلیاں کرنے سے دانتوں کا درد دور ہو جاتا ہے

﴿۲﴾ ہلتے ہوئے دانتوں میں درد ہو تو ہینگ یا عَقَرقَرحا دانت میں دبانے سے آرام آ جاتا ہے مسوڑھوں کی سوجن دور ہو جاتی ہے۔

❁ "مکہ" کے تین حروف کی نسبت سے دانتوں کا پیلا پن دور کرنے کے 3 علاج

﴿۱﴾ تل کا تیل لیموں کا رس اور نمک ملا کر دانتوں پر ملنے سے دانتوں کا پیلا پن دور ہو

جاتا ہے خون بند اور درد بھی دور ہو جاتا ہے۔

﴿۲﴾ لیموں کے چھلکے سکھا کر پیس کر اس میں نمک ملا کر دانت مانجھئے ان شاء اللہ عزوجل چمکدار ہو جائیں گے۔

﴿۳﴾ تین حصے نمک اور ایک حصہ کھانے کا سوڈا ملا کر ڈبیہ میں رکھ لیجئے روزانہ دانتوں پر لگا کر دو تین منٹ لگا رہنے دیں پھر دانت مانجھئے ان شاء اللہ عزوجل دانت صاف ہو جائیں گے۔

❁ ''بقیع کے چار حروف کی نسبت سے پائیوریا (دانتوں سے پیپ آنے) کے 4 علاج

﴿۱﴾ گندم کی چپاتی سالن کے ساتھ خوب اچھی طرح چبا کر کھایئے اس طرح مسوڑھوں کی ورزش بھی ہوگی اور گندم پائیوریا کے لئے مفید بھی ہے نیز اچھی طرح خوب چبا کر کھانے سے بہت سی بیماریوں سے بھی تحفظ بھی حاصل ہوتا ہے اگر چبانے کے دوران خون یا پیپ آتا ہو تو یہ علاج مت کیجئے ورنہ خون یا پیپ پیٹ میں پڑ جائے گا۔

﴿۲﴾ پالک کا رس پینا بھی مفید ہے، بہتر ہے کہ اس میں گاجر کا رس بھی شامل کر لیجئے۔

﴿۳﴾ امرود کے درخت کی کونپلیں نئے نرم پتے مناسب مقدار میں کھایئے۔

﴿۴﴾ ہڑ نمک اور کالی مرچ وزن باریک پیس لیجئے اور اس سے دن میں دو بار منجن کیجئے ان شاء اللہ عزوجل مسوڑھوں کی سوجن اور پائیوریا کا بہترین علاج ہے۔

❁ دانتوں کے تمام امراض کا علاج

مسواک دانتوں کے تمام امراض کا علاج ہے جب کہ اس کو اصول کے مطابق کیا جائے آج کل اکثر لوگ شاید مسواک نہیں فقط رسم مسواک ادا کرتے ہیں۔

❁ مسواک کرنا سنت ہے کے چودہ حروف کی نسبت سے مسواک کے 14 مدنی پھول

﴿۱﴾ مسواک کی موٹائی چھنگلیا یعنی چھوٹی انگلی کے برابر ہو۔

﴿۲﴾ مسواک ایک بالشت سے زیادہ لمبی نہ ہو ورنہ اس پر شیطان بیٹھتا ہے۔

﴿۳﴾ مسواک کے ریشے نرم ہوں کہ سخت ریشے دانتوں اور مسوڑھوں کے درمیان خلاء GAP کا باعث بنتے ہیں۔

﴿۴﴾ مسواک تازہ ہو تو خوب ورنہ کچھ دیر پانی کے گلاس میں بھگو کر نرم کر لیجئے۔

﴿۵﴾ مسواک کے ریشے روزانہ کاٹتے رہیے کہ ریشے اس وقت تک کارآمد رہتے ہیں جب تک ان میں تلخی باقی رہے۔

﴿۶﴾ دانتوں کی چوڑائی میں مسواک کیجئے۔

﴿۷﴾ جب بھی مسواک کرنا ہو تو کم از کم تین بار کیجئے۔

﴿۸﴾ ہر بار دھو لیجئے۔

﴿۹﴾ مسواک سیدھے ہاتھ میں اس طرح لیجئے کہ چھنگلیا اس کے نیچے اور بیچ کی تین انگلیاں اوپر اور انگوٹھا سرے پر ہو۔

﴿۱۰﴾ پہلے سیدھی طرف کے اوپر کے دانتوں پر پھر الٹی طرف کے اوپر کے دانتوں پر پھر سیدھی طرف نیچے پھر الٹی طرف نیچے مسواک کیجئے۔

﴿۱۱﴾ چت لیٹ کر مسواک کرنے سے تلی بڑھ جانے کا اندیشہ ہے۔

﴿۱۲﴾ مٹھی باندھ کر مسواک کرنے سے بواسیر ہو جانے کا اندیشہ ہے۔

﴿۱۳﴾ مسواک وضو کی سنت قبلیہ ہے البتہ سنتِ مؤکدہ اسی وقت ہے جبکہ منہ میں بدبو ہو۔ (ماخوذ از فتاوٰی رضویہ ج ۱ ص ۶۲۳)

﴿۱۴﴾ مستعمل یعنی استعمال شدہ مسواک کے ریشے نیز جب مسواک ناقابل استعمال

ہو جائے تو پھینک مت دیجئے کہ یہ آلۂ ادائے سنت ہے کسی جگہ احتیاط سے رکھ دیجئے یا دفن کر دیجئے یا گہرے سمندر میں پتھر باندھ کر ڈال دیجئے مسواک یا مقدس اوراق وغیرہ کنارے پر ڈال دینے سے بہہ کر واپس آ جانے کا امکان رہتا ہے گہرے سمندر میں ڈالتے وقت بھی مقدس اوراق کے تھیلے بوری میں دو ایک جگہ شگاف یعنی چیرے وغیرہ ضرور ڈال لیجئے تاکہ پانی اندر آ جائے اور تہہ میں بٹھا دے۔

❁ ''غوث'' کے تین حروف کی نسبت سے دانتوں کی حفاظت کے 3 مدنی پھول

﴿۱﴾ ہمیشہ چائے یا کافی پینے کے بعد تھوڑا تھوڑا پانی پیالے میں ڈالکر خوب ہلا کر کلی بھر لیجئے اور چند بار منہ میں پھیر کر خوب جنبش دے کر پی لیجئے یا نکال دیجئے ایسا ہی تین بار کیجئے اسی طرح ہر غذا کھانے کے بعد بھی یہ عمل کیجئے ان شاء اللہ عزوجل دانت صاف رہیں گے۔

﴿۲﴾ جب بھی موقع ملے منہ میں کلی بھر لیجئے اور چند منٹ تک ہلاتے رہیے پھر اگل دیجئے یہ عمل روزانہ مختلف اوقات میں چند بار کیجئے۔

﴿۳﴾ اگر مذکورہ انداز پر کلیوں کے لئے سادہ پانی کے بجائے نمک والا نیم گرم پانی استعمال کیا جائے تو مزید مفید ہے اگر پابندی سے یہ علاج جاری رکھیں گے تو ان شاء اللہ عزوجل دانتوں کے درمیان اٹکے ہوئے غذا کے اجزاء دھل دھل کر نکلتے رہیں گے نہ وہ مسوڑھوں میں ٹھہریں گے نہ سڑیں گے ان شاء اللہ عزوجل اس طرح کرنے سے مسوڑھوں میں خون کی کمی کی شکایت بھی نہ ہوگی اور دانتوں کی بے شمار بیماریوں سے بچے رہیں گے۔

❁ ''کعبہ'' کے چار حروف کی نسبت سے منہ کی بدبو کے 4 علاج

''اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَی النَّبِیِّ الطَّاھِرِ''۔

درود شریف ایک ہی سانس میں گیارہ مرتبہ پڑھ لیجئے ان شاء اللہ عزوجل منہ کی بدبو زائل ہو جائے گی۔

﴿۲﴾ اگر منہ میں بدبو آتی ہو تو ہرا دھنیا چبا کر کھایئے نیز

﴿۳﴾ گلاب کے تازہ یا سوکھے ہوئے پھولوں سے دانت مانجھنے سے بھی ان شاء اللہ عزوجل بدبو دور ہوجائے گی۔

﴿۴﴾ ہاں اگر پیٹ کی خرابی ہو تو بدبو آتی ہے تو کم خوری یعنی ہمیشہ کھانا کم کھانے کی سعادت حاصل کر کے بھوک کی برکتیں لوٹنے سے ان شاء اللہ عزوجل ٹانگوں اور بدن کے مختلف حصوں کے درد قبض سینے کی جلن منہ کے چھالے بار بار ہونے والے نزلے کھانسی اور گلے کے درد مسوڑھوں میں خون آنا وغیرہ بہت سارے امراض کے ساتھ بدبو سے بھی جان چھوٹ جائے گی بھوک سے کم کھانے کی برکت سے 80 فیصد امراض سے بچت ہوسکتی ہے تفصیلی معلومات کے لئے فیضان سنت جلد اول باب ''پیٹ کا قفل مدینہ'' کا مطالعہ فرمایئے اگر نفس کی حرص کا علاج ہوجائے تو کئی ظاہری و باطنی امراض خود ہی ختم ہوجائیں۔

رضاؔ نفس دشمن ہے دم میں نہ آنا
کہاں تم نے دیکھے ہیں چندرانے والے

❁ دانتوں کو بیماری سے بچانے کا بہترین نسخہ

یاد رکھئے ڈٹ کر کھانے سے ہاضمہ خراب ہوجاتا ہے طرح طرح کی بیماریاں پیدا ہوتی ہیں اور اکثر مسوڑھوں سے خون بھی آتا ہے پیٹ کا قفل مدینہ لگانے یعنی بھوک سے کم کھانے کی عادت بنایئے پزوں پراٹھوں ہوٹل کی نہاریوں کباب سموسوں مٹھائیوں پکوڑوں کچوریوں اور انواع اقسام کی تلی ہوئی چیزوں طرح طرح کی میٹھی ڈشوں اور اسی طرح کی دیگر دیر سے ہضم ہونے والی غذاؤں نیز آئسکریموں، کولا مشروبوں اور ٹھنڈے ٹھنڈے شربتوں وغیرہ کے استعمال سے پرہیز کیجئے ان شاء اللہ عزوجل موٹاپے سمیت بہت سی بیماریوں کے ساتھ ساتھ مسوڑھوں سے آنے والا خون بھی بند ہوجائے گا
تفصیلی معلومات کے لئے فیضان سنت جلد اول کے باب پیٹ کا قفل مدینہ کا مطالعہ کیجئے۔

❁ پیشاب میں جلن کے 4 علاج

﴿۱﴾ پیشاب میں جلن ہو یا رک کر بار بار آتا ہو تو اس کے لئے تل کے لڈو مفید ہیں

بازار میں عام طور پر پالش والے تل ملتے ہیں پالش کرنے سے تل چاول دالوں وغیرہ کے حیاتین VITAMINS کو شدید نقصان پہنچتا ہے تیل کے کارخانے سے بغیر پالش کے تل مل سکتے ہیں ہو سکے تو گھر ہی پر گڑ کی چاشنی بنا کر لڈو تیار کر لیجئے۔

﴿۲﴾ گرم دودھ میں شکر اور اصلی گھی ڈال کر پینے سے پیشاب کی جلن رکاوٹ اور درد میں فائدہ ہوتا ہے۔

﴿۳﴾ سو گرام دودھ میں صرف ایک گرام کھانے کا سوڈا ڈال کر دن میں دو مرتبہ پینے سے پیشاب کھل کر آتا ہے اور جلن دور ہو جاتی ہے ﴿۴﴾ جو شریف ابال کر اس کا پانی پینے سے پیشاب صاف آتا اور جلن دور ہو جاتی ہے۔

❁ میٹھے پیشاب کا علاج

بار بار اور وہ بھی زیادہ مقدار میں پیشاب کا آنا اور خوب پیاس لگنا ذیابیطس DIABETIC کی علامات ہیں اس کے لئے خالص ہلدی باریک پسی ہوئی صبح و شام چار چار ماشہ (یعنی تقریباً چار چار گرام) تازہ پانی سے استعمال کیجئے اور اللہ عزوجل کے فضل و کرم سے اس بظاہر معمولی نظر آنے والی دوا کی برکتوں کا نظارہ کیجئے۔

❁ بار بار پیشاب آنے کے 5 علاج

﴿۱﴾ ذیابیطس نہ ہونے کے باوجود اگر بار بار پیشاب آ رہا ہو تو اڑد (اُرد) کی دال چند گھنٹے بھگو کر نرم کر کے پیس کر حسب ضرورت شکر ڈال کر اصلی گھی میں بھون لیجئے یہ حلوا مناسب مقدار میں سات دن تک روزانہ تین بار کھایئے ساتھ میں روٹی اور دہی کھانا زیادہ مفید ہے۔

﴿۲﴾ روزانہ صبح و شام ایک چمچ تل اور ایک چمچ شہد ملا کر خوب چبا کر کھایئے ان شاء اللہ عزوجل پیشاب معمول پر آ جائے گا۔

﴿۳﴾ روزانہ رات تین بادام پانی میں بھگو دیجئے اور صبح چھلکے اتار کر نہار منہ کھایئے۔

﴿۴﴾ سردی کی وجہ سے بار بار پیشاب آتا ہو تو باریک پسی ہوئی دار چینی دو ماشہ

تقریباً دوگرام دودھ سے استعمال کیجئے ان شاء اللہ عزوجل مفید پائیں گے۔

﴿۵﴾ ''معجون فلاسفہ'' بار بار پیشاب آنے بلکہ پیشاب کی مختلف بیماریوں کے لئے مفید ہے حکیم کے مشورے سے استعمال کیجئے اور پانی اور چائے ایک ساتھ نہ پئیں چائے بہت ہی کم پئیں کہ چائے پینے سے پیشاب بھی زیادہ آتا ہے اور یہ گردہ کے لئے بھی مضر ہے (دودھ والی چائے کا زیادہ استعمال موٹا پالاتا ہے اور چینی والی چائے کا استعمال شوگر کو بڑھاتا ہے)۔

❁ پیشاب رک رک کرآنے کے 4 علاج

﴿۱﴾ مناسب مقدار میں مولی کارس پینے سے پیشاب کھل کرآتا ہے۔

﴿۲﴾ تازہ چھاچھ میں گڑ ڈال کر پینے سے پیشاب کی رکاوٹ دور ہوتی ہے بلکہ اگر پیشاب بند ہو گیا ہو تو یہ پینے سے ان شاء اللہ عزوجل آجائے گا۔

﴿۳﴾ رات کو گیہوں بھگو کر رکھ دیجئے اور صبح پیس کر شکر ملا کر حلوا بنا لیجئے اس کا استعمال بھی پیشاب کی رکاوٹ کو دور کرتا ہے۔

﴿۴﴾ الائچی اور سونٹھ یعنی خشک ادرک تھوڑی سی ہموزن پیس لیجئے پھر نمک ملے ہوئے پانی میں ڈال کر پینے سے ان شاء اللہ عزوجل کھل کر پیشاب آجائے گا۔

❁ پیشاب میں خون

اگر شوگر نہ ہو تو خوب گنے کا رس پئیں پیشاب کی رکاوٹ اور خون آنا سب ختم ان شاء اللہ عزوجل دولت کمانے کے شوق میں آج کل عموماً گنے کے رس میں برف کا پگھلا ہوا پانی کافی مقدار میں ملایا جاتا ہے اور سکرین کے ذریعے اس کو میٹھا کیا جاتا ہے لہٰذا آپ زیادہ پیسے دے کر بغیر برف کے گنے کا خالص رس نکلوائیے۔

❁ پیشاب میں دھات

سونٹھ یعنی سوکھی ہوئی ادرک کو پانی میں جوش دے کر پسی ہوئی ہلدی اور گڑ ڈال کر پینے سے پیشاب کے ساتھ اگر دھات آتی ہے تو ان شاء اللہ عزوجل بند ہو جائے گی۔

نیند میں پیشاب نکل جانا، جریان، احتلام

گوند ایک ماشہ کتیرا ایک ماشہ سبوس اسپغول تین ماشہ آپس میں ملا کر صبح شام پی لیں۔

عورت کے بار بار پیشاب آنے کا علاج

آملہ اور شکر پکے کیلے کے ساتھ ملا کر استعمال کرنے سے عورت کو کثرتِ پیشاب سے نجات ملتی ہے۔

اگر مرد کو شہوت تنگ کرتی ہو

کثرت سے روزے رکھے گوشت کم اور سبزیاں اور پھل زیادہ استعمال کرے ملھٹی تین ماشہ دھنیا خشک تین ماشہ پیس کر پانی کے ساتھ استعمال کیجئے 15 دن تک۔

معدہ بیمار ہونے کی پہچان

قوت القلوب جلد 2 صفحہ 365 پر نقل ہے کہ کھانے کے بعد (الف) چھ گھنٹے سے قبل اگر کھانا نکل جائے تب بھی معدہ بیمار اور اگر 24 گھنٹے سے زیادہ وقت تک خارج نہ ہو تب بھی سمجھ لیجئے کہ معدہ بیمار ہے (ب) جوڑوں کا درد پیٹ کی ہوا روکنے کا نتیجہ ہے (ج) جس طرح نہر کا چلتا پانی اگر روک دیا جائے تو نہر کے کناروں کو نقصان ہوتا ہے اور کنارے ٹوٹ کر پانی بہنے لگتا ہے اسی طرح پیشاب روکنے سے جسم کو نقصان ہوتا ہے۔

ہاضمہ کیسے درست ہو؟

وقت بے وقت کھاتے پیتے رہنے سے معدہ تباہ اور ہاضمہ برباد ہو جاتا ہے جب تک بھوک نہ لگے اس وقت تک کھانا سنت نہیں جب بھی کھائے تو بھوک کے تین حصے کرلے ایک حصہ کھانا ایک حصہ پانی اور ایک حصہ ہوا کھانے کے بعد ڈیڑھ دو گھنٹے تک نہ سوئے گوشت کم اور سبزی اور پھلوں کا استعمال زیادہ کرے حتیٰ الامکان روزانہ پون گھنٹہ پیدل چلنے کا بہتر طریقہ یہ ہے کہ پہلے 15 منٹ تیز تیز قدم پھر 15 منٹ درمیانہ آخر میں پھر 15 منٹ تیز چلے رات کا کھانا کھا کر کم از کم 150 قدم چلے بدہضمی کی وہ بیماریاں

جو کسی دوا سے درست نہیں ہوتیں ان شاء اللہ عزوجل درست ہو جائیں گی ان شاء اللہ عزوجل آپ کو 80% امراض سے تحفظ حاصل ہوگا جن میں ہارٹ اٹیک فالج لقوہ دماغی امراض ہاتھ پاؤں اور بدن کا درد زبان اور گلے کی بیماریاں منہ کے چھالے سینے اور پھیپھڑوں کے امراض سینے کی جلن ہائی بلڈ پریشر جگر یعنی کلیجی اور پتے کے امراض وغیرہ شامل ہیں۔(ماخوذ از فیضان سنت جلد ا ص ۶۰۸)

❁ بھوک نہ لگتی ہو تو 2 علاج

﴿۱﴾ بھوک بہت کم لگتی ہو کھانا جلد ہضم نہ ہوتا ہو کھانے کو جی نہ چاہتا ہو تو سنگترہ کی قاشوں پر باریک پسی ہوئی سونٹھ یعنی سوکھی ہوئی ادرک اور کالا نمک چھڑک کر کھائیے ان شاء اللہ عزوجل سات دن تک یہ کھانے سے بھوک پہلے کے مقابلے میں بڑھ جائے گی۔

﴿۲﴾ ادرک کاٹ کر چھوٹی چھوٹی ٹکڑیاں بنا لیجئے اور اس پر نمک چھڑک کر ایک یا دو گرام کھا لیجئے ان شاء اللہ عزوجل چمک کر بھوک لگے گی گیس خارج ہوگی اور قبض دور ہوگی۔

❁ بدہضمی کے 2 علاج

﴿۱﴾ جس شخص کو بدہضمی کی شکایت ہو اور وہ نیچے دی ہوئی ان دو آیات کریمہ کو پڑھ کر اپنے ہاتھ پر دم کر کے اسے پیٹ پر پھیرے اور کھانے وغیرہ پر دم کر کے کھانا کھایا کرے تو ان شاء اللہ عزوجل بدہضمی کی شکایت دور ہو جائے گی آیت مبارکہ یہ ہے:

كُلُوْا وَاشْرَبُوْا هَنِیْٓــًٔۢا بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُوْنَ ﴿۴۳﴾ اِنَّا كَذٰلِكَ نَجْزِی الْمُحْسِنِیْنَ ﴿۴۴﴾

ترجمہ: کھاؤ اور پیو، رچتا ہوا اپنے اعمال کا صلہ بے شک نیکوں کو ہم ایسا ہی بدلہ دیتے ہیں۔(پارہ ۲۹، المرسلت: ۴۳۔۴۴)

﴿۲﴾ امام کمال الدین دمیری علیہ رحمۃ اللہ القوی بعض علمائے کرام سے نقل کرتے ہیں کہ"جس نے زیادہ کھانا کھا لیا اور بدہضمی کا خوف ہو وہ اپنے پیٹ پر ہاتھ پھیرتا ہوا تین مرتبہ یہ کہے۔

"اَللَّیْلَۃُ لَیْلَۃُ عِیْدِیْ یَا کَرِشِیْ وَرَضِیَ اللّٰہُ عَنْ سَیِّدِیْ اَبِیْ عَبْدِ اللّٰہِ الْقَرَشِیْ"

ترجمہ: اے میرے معدے! آج کی رات میری عید کی رات ہے اور اللہ عزوجل راضی ہو ہمارے سردار حضرت ابوعبداللہ قرشی سے۔

❁ گیس اور بدہضمی کا دیسی علاج

اگر پیٹ میں ہوا بھر جاتی ہو اپھارہ یعنی ہوا کے سبب پیٹ پھول جاتا ہو تو پسی ہوئی خالص ہلدی 10 رتی یعنی ایک گرام سے معمولی زائد اور نمک 10 رتی یعنی ایک گرام سے معمولی زائد گرم پانی سے استعمال کیجئے ہوا خارج ہو کر ان شاء اللہ عزوجل پیٹ ہلکا ہو جائے گا کئی روز تک استعمال کرنے سے بدہضمی بھی ان شاء اللہ عزوجل دور ہو جائے گی۔

❁ ہاضمہ کا من بھاتا علاج

کالی مرچ کالا زیرہ اور نمک باریک پیس کر ایک بوتل میں محفوظ کر لیجئے تربوز پر چھڑک کر استعمال کیجئے اس طرح تربوز کی لذت میں بھی اضافہ ہو جائیگا اور وہ ہاضمہ کی بہترین دواء ثابت ہوگا اور بھوک بھی چمک اٹھے گی میرے آقا حضرت مولانا شاہ امام احمد رضا خان علیہ الرحمۃ الرحمٰن روایت نقل کرتے ہیں کہ ''کھانے سے پہلے تربوز کھانا پیٹ کو خوب دھو دیتا ہے اور بیماری کو جڑ سے ختم کر دیتا ہے''۔ (فتاوٰی رضویہ ج ۵ ص ۴۴۲)

تربوز کے مکمل چھلکے کا یا دھاریاں یا گول دھبے ہوں تو ان کا سبز رنگ جتنا گہرا ہوگا ان شاء اللہ عزوجل اندر سے لال اور میٹھا نکلے گا کہتے ہیں کہ تربوز پر ہلکا سا ہاتھ مارنے سے مدہم سی آواز آنا اس کے عمدہ اور پکے ہونے کی علامت ہے۔

❁ ہاضمہ دار چٹنی بنانے کا طریقہ

روزانہ کھانے کے ساتھ اس چٹنی کا ہاضمہ وغیرہ کے لئے استعمال کرنا مفید ہے۔

سرخ ٹماٹر 50 گرام......ادرک 50 گرام......لہسن 50 گرام......ایک عدد لیموں کا رس ......ہری مرچ 25 گرام ......زیرہ سفید 25 گرام ......پودینہ ایک گڈی ......ہلدی 25 گرام......نمک حسب ذائقہ۔

قبض کے تین اسباب

﴿۱﴾ کرسی کی پشت یا دیوار وغیرہ سے ٹیک لگا کر یا ﴿۲﴾ کھڑے یا ﴿۳﴾ سواری پر بیٹھ کر کھانا کھانے سے بدہضمی ہوتی ہے۔

''دل مدینہ بنالیا ہم نے'' کے سترہ حروف کی نسبت سے قبض کے 17 علاج

اگر قبض رہتی ہو تو اپنا ہاضمہ درست رکھئے مناسب مقدار میں بیج سمیت پکے امرود یا (کچے امرود قبض بڑھاتے ہیں)

﴿۲﴾ مناسب مقدار میں پپیتا کھا لیجئے ان شاء اللہ عزوجل پیٹ صاف ہو جائے گا۔

﴿۳﴾ اگر دائمی قبض ہو تو آپ کا ڈاکٹر اجازت دے تو ہر دو یا تین ماہ بعد پانچ دن تک صبح وشام ایک ایک ٹکیہ گرامیکس ۴۰۰ ملی گرام

GRAMEX400(METRONIDAZOLE) استعمال کیجئے اسے قبض بدہضمی وغیرہ امراض اور پیٹ کی اصلاح کے لئے ان شاء اللہ عزوجل بہترین دوا پائیں گے مگر جب بھی یہ ٹکیہ لینا شروع کریں تو مسلسل پانچ دن پورے کرنا ضروری ہے خالی پیٹ بھی لے سکتے ہیں

﴿۴﴾ جس وقت قبض ہو اس دن دو ایک وقت کھانے کا افاقہ کیجئے۔

﴿۵﴾ نہار منہ ایک گلاس نیم گرم یا چار گلاس پانی پی لیجئے۔

﴿۶﴾ سوتے وقت ایک گلاس نیم گرم پانی میں تھوڑا سا نمک گھول کر پی لیجئے۔

﴿۷﴾ سوتے وقت ایک یا دو سنگترے کھا لیجئے {۸} تھوڑی سی سونف دودھ یا ہلکے گرم پانی سے لے لیجئے۔

﴿۹﴾ سادہ یا نیم گرم پانی میں لیموں نچوڑ کر صبح وشام استعمال کیجئے۔

﴿۱۰﴾ ایک گلاس نیم گرم پانی میں دو چمچ خالص شہد ایک چمچ لیموں اور ایک چمچ ادرک کا

رس حل کر پی لیجئے۔

﴿۱۱﴾ ''املتاس'' کے تھوڑے سے پھول گوشت میں پکا کر کچھ دن تک کھانے سے ان شاءاللہ عزوجل دائمی قبض میں افاقہ (کمی) ہو جائے گا۔

﴿۱۲﴾ رات کو تین کھجوریں پہلے دھو لیجئے پھر بھگو لیجئے اور صبح کو اسی پانی میں مسل کر چھان کر پی لیجئے (کھجوریں اور ہر طرح کے پھل اور سبزیاں دھو کر ہی استعمال کرنے چاہیئے تاکہ میل کچیل مکھیوں کی بیٹ اور خصوصاً جراثیم کش دوا کے اثرات دھل جائیں۔

﴿۱۳﴾ پکے ٹماٹر کا رس ایک ایک کپ پی لیجئے۔

﴿۱۴﴾ اسپغول کی بھوسی ایک یا تین چمچ (ضرورتاً کمی بیشی کر سکتے ہیں) سادہ پانی کے ساتھ پھانک لیجئے اسپغول روز روز لیں تو فائدہ نہیں ہوتا لہٰذا اگر قبض رہتی ہو تو ہفتہ میں ایک بار لے لیجئے کام نہ چلے تو وقفہ مزید بڑھا دیجئے۔

﴿۱۵﴾ کچا کیلا ابال کر کھانا قبض کے لئے بے حد مفید ہے۔

﴿۱۶﴾ معمول کے خلاف صحت کش غذائیں یا کسی سرمایہ دار کی دعوت میں حرص کے مارے بہت زیادہ مرغن اور ثقیل یعنی بیمار کن غذائیں کھانے کی بھول کر بیٹھیں تو گھر آ کر تین چار چمچ اسپغول پانی کے ساتھ پھانک لیجئے شاید نقصان میں تھوڑی سی کمی آ جائے مگر یہ ذہن تو بنا لیجئے کہ اس طرح کی دعوتوں کے کھانے عموماً صحت کے دشمن ہوتے ہیں۔

﴿۱۷﴾ ہاضمہ دار چورن گھر میں رکھا کیجئے اگر کبھی قبض ہو جائے تو زیادہ گھی تیل والی غذا دیگ کی مصالحے دار بریانی بالخصوص رمضان المبارک یا بقر عید میں اگر لالچ میں پڑ کر زیادہ کباب سموسے وغیرہ کھا ڈالیں تو پیٹ میں گڑبڑ کا انتظار کئے بغیر چورن پھانک لیجئے۔

(مکتبۃ المدینہ کا مطبوعہ رسالہ ''کباب سموسے کے نقصانات 16 صفحات ہدیۃً حاصل کر کے ضرور پڑھ لیجئے حیرت انگیز معلومات حاصل ہوں گی ان شاءاللہ عزوجل)۔

❁ ''رضا'' کے تین حروف کی نسبت سے بے ہوشی کے 3 علاج

﴿۱﴾ آیت الکرسی کا یہ حصہ

لَا تَاْخُذُهٗ سِنَةٌ وَّلَا نَوْمٌ
پڑھ کر پانی پر دم کر کے منہ پر چھینٹے ماریئے اور روزہ نہ ہو تو حلق میں بھی چند قطرے ٹپکایئے پھر کوئی رکاوٹ نہ ہو تو ہلانے جلانے بٹھانے اور ضرورتاً اپنے ہاتھ سے مریض کی آنکھیں کھولنے سے ان شاء اللہ عزوجل ہوش آجائے گا۔

﴿۲﴾ پسی ہوئی سیاہ مرچ کے چند ذرے بے ہوش آدمی کے ناک کے نتھنوں میں ڈال کر پھونک ماریئے اگر چھینکیں شروع ہوگئیں تو ان شاء اللہ عزوجل ہوش آجائے گا۔

﴿۳﴾ پیاز کے چار ٹکڑے کر کے سنگھانے سے بھی ان شاء اللہ عزوجل ہوش آجائے گا (علاج نمبر 2 اور 3 مسجد کے اندر نہ کیجئے)۔

❁ ''آبِ کوثر'' کے چھ حروف کی نسبت سے جوڑوں کے درد کے 6 علاج

﴿۱﴾ یَا غَنِیُّ ریڑھ کی ہڈی گھٹنوں جوڑوں وغیرہ جسم میں کہیں بھی درد ہو چلتے پھرتے اٹھتے بیٹھتے پڑھتے رہیے ان شاء اللہ عزوجل درد جاتا رہے گا۔

﴿۲﴾ روزانہ دو بھنے ہوئے آلو چھلکے سمیت اور تھوڑی سی ادرک ملا کر کھا لیا کیجئے ان شاء اللہ عزوجل جوڑوں کے درد میں فائدہ ہوگا۔

﴿۳﴾ موسمی کے آدھے گلاس خالص رس میں ایک چمچ مچھلی کا تیل (میڈیکل اسٹور سے مل سکتا ہے) ملا کر پہلی بار مسلسل چار دن تک روزانہ دن کے گیارہ بجے پئیں اس کے بعد چار ماہ تک ہر 15 دن کے بعد مسلسل دو دن اسی وقت پئیں یہ علاج سردیوں میں زیادہ مناسب ہے اس علاج کے دوران ٹھنڈی تاثیر والے پھل مثلاً میٹھے موسمی انناس اور انار وغیرہ زیادہ استعمال کیجئے۔

﴿۴﴾ صبح نہار منہ گھیکوار (ناگ پھنی کا خاندان کا ایک پودا جس کے پتے لمبے، موٹے، اور نوکیلے ہوتے ہیں اور ان کا لیس دار مادّہ نکلتا ہے۔) کا حلوا کھایئے (یہ بازار میں مل سکتا ہے)۔

﴿۵﴾ پیاز کا رس اور رائی کا تیل ملا کر جوڑوں پر مالش کریں اس سے ست جوڑ کھل جائیں گے اور بفضلہٖ تعالیٰ آپ راحت محسوس فرمائیں گے۔

﴿۶﴾ اگر ڈاکٹر اجازت دے تو روزانہ ایک گولی (NEUROMET) کھانے کے بعد پانی سے استعمال کیجئے جوڑوں کے درد کے لئے مجرب ہے ڈاکٹر کے مشورہ سے روزانہ ایک سے زیادہ بھی لے سکتے ہیں اور اگر درد کی شدت کم ہو تو ناغہ سے بھی لی جا سکتی ہے اس طرح کی دوائیں مسلسل نہ کھائی جائیں بیچ میں کچھ دن وقفہ کر لینا چاہیے مثلاً اگر مسلسل 12 استعمال کر لی تو 7 یا 12 دن تک وقفہ کر لیا پھر ضرورت محسوس ہوئی تو شروع کر دے۔

❁ ہڈی جوڑنے کے لئے

فَاِنْ تَوَلَّوْا فَقُلْ حَسْبِیَ اللّٰهُ ۖ لَاۤ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ ؕ عَلَیْهِ تَوَكَّلْتُ وَ هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ ۝

(پ ۱۱ التوبہ ۱۲۹)

تین دن تک اول و آخر درود شریف کے ساتھ ایک ایک بار پڑھ کر دم کر لیجئے ان شاء اللہ عزوجل ٹوٹی ہوئی ہڈی جڑ جائے گی۔

❁ نکسیر پھوٹنے کا علاج

اگر کسی کی نکسیر پھوٹ جائے اور خون بہنے لگے تو شہادت کی انگلی سے پیشانی پر

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

لکھنا شروع کر کے ناک کے آخر پر ختم کرے ان شاء اللہ عزوجل خون بند ہو جائے گا۔

❁ ناک کی ہڈی بڑھی ہوئی ہو تو

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ ۝ اِنَّ الْاِنْسَانَ لَفِیْ خُسْرٍ ۝ (پ ۳۰، العصر ۲)

ناک یا بدن میں کوئی سی بھی ہڈی بڑھی ہوئی ہو تو 92 دن تک روزانہ رات کو سونے سے قبل اول و آخر درود شریف کے ساتھ اوپر دی ہوئی آیت کریمہ 100 مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پی لیجئے۔

❁ کان کے درد کے 2 علاج

﴿۱﴾ خالص شہد یا تلسی کے تیل کے چند قطرے کان میں ٹپکانے سے ان شاء اللہ عزوجل کان کے درد میں راحت ملے گی

﴿۲﴾ ادرک کے رس کا ایک قطرہ کان میں ٹپکانے سے درد و کسک ان شاء اللہ عزوجل دور ہوں گے۔

❁ کان میں کیڑا گھس جائے تو

کان میں اگر کوئی کیڑا چلا جائے تو سرسوں کا تیل ڈالنے سے ان شاء اللہ عزوجل مر جائے گا۔

❁ بخار کے علاج کی حکایت

منقول ہے کہ ایک شخص کو بخار آ گیا اس کے استاذ محترم حضرت سیدنا شیخ عمر بن سعید رحمۃ اللہ علیہ عیادت کے لئے تشریف لائے جاتے ہوئے ایک تعویذ عنایت فرمایا کہ اس کو کھول کر مت دیکھنا ان کے جانے کے بعد اس نے تعویذ باندھ لیا فوراً بخار جاتا رہا اس سے رہا نہ گیا کھول کر جو دیکھا تو بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ لکھا تھا دل میں وسوسہ آیا کہ یہ تو کوئی بھی لکھ سکتا ہے عقیدت میں کمی آتے ہی فوراً بخار لوٹ آیا گھبرا کر شیخ کی خدمت میں حاضر ہو کر غلطی کی معافی چاہی انہوں نے تعویذ بنا کر اپنے دست مبارک سے باندھ دیا بخار فوراً چلا گیا اب کی بار دیکھنے کی ممانعت نہ فرمائی تھی مگر ڈر کے مارے کھول کر نہ دیکھا بالآخر سال بھر کے بعد جب کھول کر دیکھا تو وہی بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ تحریر تھی اللہ رب العزت کی ان پر رحمت ہو اور ان کے صدقے ہماری مغفرت ہو۔ اٰمین بجاہ النبی الامین (صلی اللہ تعالیٰ علیہ واٰلہ وسلم)

صَلُّوْا عَلَى الْحَبِيْبِ　　صَلَّى اللّٰهُ تَعَالٰى عَلٰى مُحَمَّد

میٹھے میٹھے اسلامی بھائیو! واقعی بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ کی بڑی برکتیں ہیں اور اس میں بیماریوں کا علاج بھی، اس حکایت سے درس ملا کہ بزرگان دین رحمہم اللہ

المبین اگر کسی مباح بات سے بھی منع کردیں تو سمجھ میں نہ آنے کے باوجود بھی اس سے باز رہنا چاہیے یہ بھی درس ملا کہ تعویذ کھول کر نہیں دیکھنا چاہیے کہ اس سے اعتقاد متزلزل ہونے کا اندیشہ رہتا ہے پھر اس کی تہہ کرنے کے مخصوص طریقے کے ساتھ ساتھ لپیٹنے کے دوران بعض اوقات کچھ پڑھا ہوا بھی ہوتا ہے لہٰذا کھول کر دیکھنے سے اس کے فوائد میں کمی آسکتی ہے۔

❁ "یا مصطفٰی" کے سات حروف کی نسبت سے بخار کے 7 مدنی علاج

لَا یَرَوْنَ فِیۡهَا شَمۡسًا وَّلَا زَمۡهَرِیۡرًا ﴿۱۳﴾ (پ ۲۹ الدھر ۱۳)

ترجمہ کنزالایمان: نہ اس میں دھوپ دیکھیں گے نہ ٹھٹر۔

یہ آیت کریمہ سات بار اول و آخر ایک مرتبہ درود پاک پڑھ کر دم کردیجئے ان شاء اللہ عزوجل بخار کی شدت میں نمایاں کمی محسوس ہوگی اور مریض سکون محسوس کرے گا۔

﴿۲﴾ حضرت سیدنا امام جعفر صادق رضی اللہ تعالٰی عنہ فرماتے ہیں کہ سورۃ الفاتحہ 40 بار اول و آخر ایک بار درود پاک پڑھ کر پانی پر دم کرکے بخار والے کے منہ پر چھینٹے مارے جائیں ان شاء اللہ عزوجل بخار چلا جائے گا۔

﴿۳﴾ سرکار نامدار، مدینے کے تاجدار (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کو بخار تھا تو حضرت سیدنا جبریل امین علیہ الصلوٰۃ والسلام نے یہ دعا پڑھ کر دم کیا تھا:

"بِسْمِ اللّٰهِ اَرْقِیْکَ مِنْ كُلِّ شَیْءٍ یُّؤْذِیْکَ مِنْ شَرِّ كُلِّ نَفْسٍ اَوْعَیْنٍ حَاسِدٍ اَللّٰهُ یَشْفِیْکَ بِسْمِ اللّٰهِ اَرْقِیْکَ"۔

ترجمہ: اللہ عزوجل کے نام سے آپ پر دم کرتا ہوں ہر اس چیز سے جو آپ کو ایذا پہنچائے ہر نفس کی برائی سے یا ہر حسد والی آنکھ سے میں آپ پر اللہ کے نام سے دم کرتا ہوں

(صحیح مسلم شریف ص ۱۲۰۲ حدیث ۲۱۸۶ دار ابن حزم بیروت)

بخار کے مریض کو عربی میں دعا اول آخر درود شریف پڑھ کر دم کیجئے۔

﴿۴﴾ بخار میں مبتلا شخص یہ دعا پڑھے:

"بِسْمِ اللّٰهِ الْكَبِيْرِ اَعُوْذُ بِاللّٰهِ الْعَظِيْمِ مِنْ شَرِّ كُلِّ عِرْقٍ نَعَّارٍ وَّمِنْ شَرِّ حَرِّ النَّارِ"۔

ترجمہ: کبریائی والے اللہ عزوجل کے نام سے میں ہر جوش مارنے والی رگ کی برائی سے اور آگ کی تپش کے شر سے عظمت والے رب عزوجل کی پناہ چاہتا ہوں۔

(سنن الترمذی ج ۴ ص ۲۰ حدیث ۲۰۸۲ دارالفکر بیروت)

﴿۵﴾ حدیث پاک میں ہے کہ جب تم میں سے کسی کو بخار آجائے تو اس پر تین دن تک صبح کے وقت ٹھنڈے پانی کے چھینٹے مارے جائیں۔

(المستدرک للحاکم ج ۵ ص ۵۸۶ حدیث ۸۲۸۶ دارالمعرفۃ بیروت)

﴿۶﴾ حدیث مبارک میں ہے کہ بخار جہنم کے جوش سے ہے اس کو پانی کے ذریعے ٹھنڈا کرو۔ (صحیح البخاری ج ۲ ص ۳۹۶ حدیث ۳۲۶۳ دارالکتب العلمیۃ بیروت)

مفسر شہیر حکیم الامت حضرت مفتی احمد یار خان علیہ الرحمۃ الحنان کے فرمان والاشان کا خلاصہ یہ ہے کہ اہل عرب کو اکثر ''صفراوی بخار'' آتے تھے جن میں غسل مفید ہوتا ہے ہم لوگوں کو جو کہ عجمی یعنی غیر عرب ہیں طبیب حاذق (یعنی ماہر طبیب) کے مشورے کے بغیر غسل کے ذریعے بخار کا علاج نہیں کرنا چاہیے کیونکہ ہمیں اکثر وہ بخار ہوتے ہیں جن میں غسل نقصان دہ ہے اس سے نمونیہ کا خطرہ ہوتا ہے حضرت سید ملا علی قاری علیہ الرحمۃ الباری ''مرقات'' میں فرماتے ہیں کہ ایک شخص نے حدیث پاک کا ترجمہ پڑھ کر بخار میں غسل کے ذریعے علاج کیا تو اس کو نمونیہ ہو گیا اور بڑی مشکل سے اس کی جان بچی تو وہ حدیث پاک ہی کا منکر ہو گیا حالانکہ اس کی اپنی جہالت تھی۔ (ملخصاً مراۃ ج ۲ ص ۴۲۹، ۴۳۰)

اس سے یہ بھی سیکھنے کا سبق ملا کہ عوام الناس کو ترجمہ کے ساتھ ساتھ تفسیر قرآن و شروح احادیث بھی پڑھنی چاہیے۔

❁ ہڈیوں سے علاج کے مدنی پھول

ہڈیاں بھی اللہ عزوجل کی نعمت ہیں اور ان میں غذائیت بھی رکھی گئی ہے جو لوگ گھر میں

پکانے کے لئے بغیر ہڈی کا گوشت ہی خریدتے ہیں وہ اپنے ساتھ ساتھ اہل خانہ کو بھی اللہ رب العزت عزوجل کی ایک نعمت سے محروم کرتے ہیں یقیناً اللہ غفار عزوجل نے کوئی چیز بیکار نہیں بنائی ہڈیاں غذا کے ساتھ ساتھ دواء کا بھی کام دیتی ہیں اطباء بعض مریضوں کو ہڈیوں کی یخنی پینے کا مشورہ دیتے ہیں بلکہ آپ نے بھی بارہا ہڈیوں کی یخنی پی ہوگی البتہ خالص بوٹی کا سوپ کبھی نہیں پیا ہوگا ہڈیاں بہت اہم ہیں طبی طریقے پر ہڈیوں سے حاصل شدہ عرق کے انجکشن بھی مریضوں کو لگائے جاتے ہیں گائے کے سینگ پیس کر کھانے میں ملا کر چوتھیا والے یعنی جس کو ہر چوتھے دن بخار آتا ہو کو کھلانے سے باذن اللہ عزوجل شفاء حاصل ہو جاتی ہے گائے کے بال جلا کر پانی میں گھول کر پی لینے سے دانتوں کا درد جاتا رہتا ہے۔

(حیاۃ الحیوان الکبریٰ ج ۱ ص ۲۱۹ دارالکتب العلمیہ بیروت)

کبوتر جو کہ حلال پرندہ ہے اس کی ہڈی جلا کر زخم پر لگانے سے اللہ عزوجل کے فضل و کرم سے زخم ٹھیک ہو جاتا ہے۔ (عجائب الحیوانات ص ۱۴۷)

❁ ''رحیم'' کے چار حروف کی نسبت سے پیٹ کے درد کا علاج

﴿۱﴾ حضرت سیدنا ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ بیان کرتے ہیں کہ ایک بار میں نماز پڑھ کر سرکار نامدار (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کے پاس بیٹھ گیا آپ نے فرمایا کہ کیا تجھے پیٹ میں درد ہے؟ عرض کی: ہاں۔ فرمایا کہ اٹھو اور نماز پڑھو کیونکہ نماز میں شفاء ہے۔

(سنن ابن ماجہ ج ۳ ص ۹۸ حدیث ۳۴۵۸ دارالمعرفہ بیروت)

﴿۲﴾ لَا فِیۡهَا غَوۡلٌ وَّ لَا هُمۡ عَنۡهَا یُنۡزَفُوۡنَ ۝ (پارہ ۲۳ سورۃ الصافات آیت نمبر ۴۷)

ترجمہ: نہ اس میں خمار ہے اور نہ اس سے ان کو سر پھرے۔

ایک بار اول و آخر ایک مرتبہ درود شریف پڑھ کر پانی یا کسی کھانے کی چیز پر دم کر کے استعمال کیجئے ان شاء اللہ عزوجل پیٹ کے درد میں فائدہ ہوگا دوسرا کوئی بھی پڑھ کر دم کر کے دے سکتا ہے۔

﴿۳﴾ اچھی طرح پکے ہوئے انار کے دانوں پر نمک اور کالی مرچ چھڑک کر خوب چبا

کر کھا لیجئے ان شاء اللہ عزوجل پیٹ کا درد کافور (رخصت) ہو گا (خوب چبا کر کھانا ضروری ہے)۔

﴿۴﴾ روزانہ صبح وشام ایک ایک انڈے کی صرف کچی سفیدی نگل لیا کریں ان شاء اللہ عزوجل پیٹ کا درد اور اس کی اکثر بیماریاں دور ہوں گی۔

❁ ''حبیب'' کے چار حروف کی نسبت سے بچوں کے پیٹ کے درد کے چار علاج

بچوں کے پیٹ کے درد کی علامت یہ ہے کہ وہ بار بار ٹانگوں کو سکیڑتے ہیں اور چیختے ہیں جب ایسا ہو تو:

﴿۱﴾ پیاز کو آگ میں سینک کر پانی نچوڑ لیجئے اور 3 گرام پلا دیجئے ان شاء اللہ عزوجل پیٹ کے درد میں آرام آ جائے گا یا

﴿۲﴾ پیٹ کی سینکائی کیجئے

﴿۳﴾ شہد چٹایئے یا

﴿۴﴾ انڈے کی صرف کچی سفیدی تھوڑی تھوڑی وقفہ سے پلایئے معدے کی گرمی سے پک جائے گی اور جراثیم وغیرہ کا خاتمہ کر دے گی اور ان شاء اللہ عزوجل پیٹ کی تکلیف دور ہو جائے گی۔

❁ پیٹ کی جلن کے دو علاج

﴿۱﴾ روزانہ پانچ کھجوریں (دھو کر) رات کو پانی میں بھگو لیجئے صبح کچل کر شہد میں ملا کر نہار منہ پی لیجئے (یہ علاج سات دن تک جاری رکھئے) ان شاء اللہ عزوجل ٹھنڈک ہو جائے گی۔

﴿۲﴾ مناسب مقدار میں گلوکوز پانی میں گھول کر دن میں دو یا تین بار پی لیجئے ان شاء اللہ عزوجل پیٹ کی ٹھنڈک ہو جائے گی۔

❁ پیچش

بِسۡمِ اللّٰهِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ ٥ اِنَّ اللّٰهَ کَانَ بِکُلِّ شَیۡءٍ عَلِیۡمًا ٥"۔

طلوع آفتاب سے قبل اول وآخر درود شریف کے ساتھ ایک مرتبہ پڑھ کر ایک گلاس پانی پر دم کر نہار منہ پی لیجئے اور آدھے گھنٹے تک کوئی بھی کھانے پینے کی چیز استعمال مت فرمایئے ان شاء اللہ عزوجل پرانی پیچش بھی ختم ہو جائے گی علاج کی مدت 21 دن ہے۔

❁ پیٹ میں کیڑے

پیٹ میں کیڑے ہوں تو شہد میں اجوائین ملا کر چاٹ لیجئے یا زیرے کا جوشاندہ یعنی زیرہ ابال کر اس کا پانی پی لیجئے۔

❁ قے کے فوائد و نقصانات

﴿۱﴾ قے سے معدے کی صفائی ہو جاتی ہے مشہور طبیب "بقراط" کا کہنا ہے کہ ہر شخص کو مہینے میں دو بار قے کرنا چاہیے تاکہ ایک بار کچھ رہ جائے تو دوسری باری میں نکل آئے۔

﴿۲﴾ زیادہ قے آنا نقصان دہ ہے کہ اس سے سینے اور معدے میں درد پیدا ہوتا ہے۔

﴿۳﴾ جب قے آنے لگے تو اس کو زبردستی نہ روکا جائے کہ سخت امراض پیدا ہونے کا خطرہ ہے مثلاً اس سے فوطے بڑھ جاتے ہیں۔

﴿مسئلہ﴾ کھانا یا پانی یا صفراء یعنی پیلے رنگ کے کڑوے پانی کی منہ بھر قے یعنی جو بلا تکلف نہ روکی جا سکے انسانی پیشاب کی طرح ناپاک ہوتی ہے اس سے اپنے کپڑے وغیرہ کو چھینٹوں سے بچانا ضروری ہے منہ بھر (پرنٹ ملاحظہ کریں) قے وضو توڑ دیتی ہے اور روزہ یاد ہونے کی صورت میں قصداً کرنے سے روزہ بھی ٹوٹ جاتا ہے جبکہ منہ بھر قے ہو اور اس میں کھانا پانی یا صفراء نظر آئے بلغم کی منہ بھر قے سے وضو اور روزہ نہیں ٹوٹتا۔ قے کے تفصیلی احکام سیکھنے کے لئے فیضان سنت جلد اول صفحہ 1047 تا 1050 کا مطالعہ بے حد ضروری ہے۔

"غریب نواز" کے آٹھ حروف کی نسبت سے قے بند کرنے کے 8 علاج

﴿۱﴾ کسی کھانے یا پینے کی چیز پر سورۃ الطارق پڑھ کردم کر کے کھا یا پی لیجئے۔

﴿۲﴾ وَقِيْلَ يٰۤاَرْضُ ابْلَعِيْ مَآءَكِ وَيٰسَمَآءُ اَقْلِعِيْ وَغِيْضَ الْمَآءُ وَقُضِيَ الْاَمْرُ وَاسْتَوَتْ عَلَى الْجُوْدِيِّ وَقِيْلَ بُعْدًا لِّلْقَوْمِ الظّٰلِمِيْنَ ﴿۴۴﴾ (پ ۱۲، ھود: ۴۴)

یہ آیت کاغذ پر لکھ کر نہار منہ سات روز تک پلایئے۔

﴿۳﴾ آدھے کپ پانی میں لیموں نچوڑ لیجئے اور تھوڑا نمک ڈال کر پی لیجئے چاہیں تو ایک ہی بار سات تعویذات لکھ لیجئے اور روزانہ ایک ایک پانی میں ڈال کر پلا دیجئے۔

﴿۴﴾ ایک چھوٹی الائچی اور انجیر چبا کر کھا لیجئے۔

﴿۵﴾ ہرا دھنیا کا عرق نکال کر دن میں چار مرتبہ ایک ایک چمچ پی لیجئے۔

﴿۶﴾ برف چوسیے۔

﴿۷﴾ لیموں کاٹ کر پسی ہوئی کالی مرچ اور نمک چھڑک کر چوسیئے۔

﴿۸﴾ گرم پانی میں لونگ بھگو کر پینے سے یا موسمبی کھانے سے زچہ کی قے ان شاء اللہ عزوجل بند ہو جائے گی۔

پاگل پن

یہ مرض عموماً نیند نہ آنے یا پیٹ کی خرابیوں کے باعث یا کنواروں کی شادی میں رکاوٹ، یا معاذ اللہ جلق یعنی اپنے ہاتھ کے ذریعے غسل فرض کرنے کی وجہ سے ہو جاتا ہے۔ پاگل پن کے سبب آدمی عجیب وغریب حرکتیں کرتا ہے ڈراونی آوازیں نکالتا ہے بعض اوقات مار دھاڑ کرتا اور جو باتیں پہلے دماغ سے گزر چکی ہوتی ہیں ان کو دہراتا ہے جب اس کی آنکھیں سرخ ہو جاتی ہیں غراتا ہے تو بسا اوقات توھمات یعنی وہموں کے مارے لوگ سمجھتے ہیں کہ اس کو جنات کے اثرات ہو گئے ہیں اگرچہ شریر جنات بھی پریشان کرتے ہیں

لیکن اس کی مخصوص علامات ہوتی ہیں ہر مریض نفسیات کو خواہ مخواہ "آسیب زدہ" قرار نہیں دیا جاسکتا۔

❁ پاگل پن کا علاج

جنون یا (پاگل پن) کے مریض کو کالی ہڑ کا موٹا سفوف (چورا) 6 گرام کھلایئے اور ایک پاؤ دودھ میں ایک شہد کا چمچ حل کر کے سورۃ الفاتحہ سات بار اول آخر درود شریف پڑھ کر اس پر دم کر کے پلا دیجئے مریض پر بھی یہی دم کیجئے اور کوشش کر کے سلا دیجئے۔

❁ سر میں گنج کے 4 علاج

﴿۱﴾ روزانہ زیت یعنی زیتون شریف کا تیل سر میں ڈال کر گنج کی خوب مالش کیجئے ان شاء اللہ عزوجل اس طرح بند شدہ مسام کھل جائیں گے اور بال اگنے لگیں گے مگر یہ عمل بہت دنوں تک جاری رکھنا ہوگا۔

﴿۲﴾ سر میں پیاز کا رس تیل کی طرح ڈالنے سے جوؤں کا خاتمہ ہو جاتا ہے نیز بیماری سے جو بال جھڑ چکے ہوتے ہیں دوبارہ اگ جاتے ہیں (اس سے سر میں بدبو ہو جائے گی اس صورت میں مسجد کا داخلہ حرام رہے گا لہٰذا اسلامی بھائی سر اچھی طرح دھو کر بدبو ختم کر کے مسجد میں حاضر ہوں)۔

﴿۳﴾ داڑھی یا سر کے بال جھڑتے ہوں یا گنج ہو تو آٹھ چمچ زیتون کے گرم کیے ہوئے تیل میں ایک چمچ اصلی شہد اور ایک چمچ باریک پسی ہوئی دار چینی ملا لیں پھر جہاں کے بال جھڑتے ہوں وہاں خوب مسلیں، پھر اندازاً پانچ منٹ کے بعد دھولیں یا نہا لیں بچا ہوا تیل دوبارہ بھی استعمال کر سکتے ہیں ان شاء اللہ عزوجل 12 دن میں فائدہ نظر آجائے گا مگر تا حصول شفاء یہ عمل جاری رکھیے۔

﴿۴﴾ کلونجی پیس کر مہندی میں ملا کر سر میں لگانے سے سر کے بال جھڑنا بند ہو جاتے ہیں۔

❁ ''رب'' کے دو حروف کی نسبت سے کمزوری کے 2 علاج

مفسر شہیر حکیم الامت حضرت مفتی احمد یار خان علیہ رحمۃ المنان کے فرمان عالی شان کا خلاصہ یہ ہے کہ ''تلبینہ'' کمزوری کا بہترین علاج ہے اس کو بنانے کا طریقہ یہ ہے دودھ میں جو شریف یا گیہوں کا آٹا بھوسی ڈال کر پتلا پکا لیجئے اور ضرورت کے مطابق شہد ڈال لیجئے حسب خواہش تناول فرمایئے اس کو عربی میں تلبینہ اور اردو میں لپٹا (راب) اور پنجابی میں سیرہ کہتے ہیں خصوصاً بیماری کے بعد ہو جانے والی کمزوری کے لئے بے حد مفید ہے یہ بہت ہلکی غذا ہے زود ہضم ہے پیٹ میں بوجھ نہیں کرتا دل کو قوت بخشتا ہے رنج و غم اور دل کی گھبراہٹ کو دور کرتا ہے۔ (مراۃ ج ۶ ص ۱۷ ملخصا)

بھینس کے گرم دودھ میں دو بڑے چمچ شہد ملا کر روزانہ پینا جسمانی طاقت بڑھانے کے لئے بے حد مفید ہے۔

❁ رات کا کھانا کھانے کا فائدہ

میٹھے میٹھے آقا مدینے والے مصطفیٰ (ﷺ) کا فرمان صحت نشان ہے کہ ''رات کا کھانا نہ چھوڑو چاہے ایک مٹھی کھجور ہی کیوں نہ ہو کیونکہ رات کا کھانا ترک کرنا آدمی کو ضعیف کر دیتا ہے''۔ (سنن ابن ماجہ ج ۴ ص ۵۰ حدیث ۳۳۵۵)

❁ مثانے کی پتھری کا علاج

• خربوزہ خوب کھایئے کہ یہ سر کی خشکی اور خارش کو دور بھگاتا ہے جسم کی گانٹھیں گلاتا خوب پیشاب لاتا ہے اور مثانے کی پتھری سے نجات دلاتا ہے خربوزہ اور کھجور ملا کر کھانا نبی کریم (ﷺ) سے ثابت ہے چونکہ خربوزہ سرد اور تر ہے اور کھجور گرم لہٰذا کھجور کی گرمی خربوزے کی ٹھنڈک کو زائل کر کے معتدل بنا دیتی ہے۔

❁ ''غمِ مدینہ'' کے سات حروف کی نسبت سے تیزابیت (سینے کی جلن) کے 7 علاج

﴿۱﴾ اگر موافق آئے تو روزانہ دن کے وقت ایک کیلا کھا لیجئے ان شاء اللہ عزوجل فائدہ ہوگا۔

﴿۲﴾ ہر تیسرے دن تین چمچ اسپغول کی بھوسی پانی سے پھانک لیجئے خالی منہ میں اسپغول ڈالیں گے تو چپکے گی لہٰذا پہلے تھوڑا سا پانی منہ میں بھر لیجئے اس کے بعد اسپغول ڈالیے۔

﴿۳﴾ ہفتے میں دو روزے رکھئے سحری میں کھانا کم کھایئے ہو سکے تو جمعہ اور ہفتہ یا جمعرات اور جمعہ کو روزہ رکھ لیجئے میرے آقا اعلیٰ حضرت امام اہلسنت مولانا شاہ احمد رضا خان بریلوی رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ فرماتے ہیں کہ جمعہ یعنی جب اس کے پنجشنبہ یعنی جمعرات یا شنبہ یعنی ہفتہ بھی شامل ہو مروی ہوا کہ دس ہزار برس کے روزوں کے برابر ہے۔

(فتاویٰ رضویہ ج ۱۰ ص ۶۵۳)

﴿۴﴾ کھیرا ککڑی پتوں سمیت مولی شلجم چقندر گاجر اور سیب کھایئے ان سبزیوں اور سیب کے چھلکے نہ اتاریئے نہ ہی ان کو کھرچیئے کہ اس طرح اکثر وٹامنز ضائع ہو سکتے ہیں یوں ہی دھو کر استعمال کیجئے۔

﴿۵﴾ روزانہ 12 گلاس پانی پیا کیجئے غذاؤں کے ذریعے پیٹ میں جانے والا پانی بھی 12 گلاس میں شامل ہے۔

﴿۶﴾ ٹھنڈے مشروبات اچار میدے کی بنا ڈبل روٹی پزوں پراٹھوں اور میٹھی ڈشوں وغیرہ سے حتی الامکان پرہیز کیجئے نیز کھانا کم کھایئے خواہش باقی ہو اور ہاتھ روک لیجئے ان شاء اللہ عزوجل سینے کی جلن سمیت کئی بیماریوں۔ سے بچے رہیں گے۔

﴿۷﴾ جس وقت سینے میں جلن مچے یا تیکھا پانی معدے سے حلق میں آتا محسوس ہو PEPTINIL نامی ٹکیہ پانی سے لے لیجئے۔ ان شاء اللہ عزوجل بہت مفید پائیں گے

ڈاکٹر کے مشورے سے یہ گولی استعمال فرمائیے۔

❁ ''شفاء'' کے تین حروف کی نسبت سے دمہ کے 3 علاج

﴿۱﴾ روزانہ تین یا پانچ کھجوریں دھو کر کھا کر اوپر سے گرم پانی پی لیجئے ان شاء اللہ عزوجل بلغم پتلا ہو کر نکل جائے گا اور دمہ میں آرام ملے گا۔

﴿۲﴾ تین خشک انجیر دودھ میں پکا کر روزانہ صبح اور رات کو استعمال کرنے سے بلغم اور دمہ سے ان شاء اللہ عزوجل نجات ملے گی۔

﴿۳﴾ روزانہ گاجر کا رس پینے سے ان شاء اللہ عزوجل دمہ میں آرام ملے گا۔

❁ ''فضل'' کے تین حروف کی نسبت سے دمہ کے حملے کے وقت (کرنے کے) 3 علاج

﴿۱﴾ ہلدی اور سونٹھ یعنی سوکھی ہوئی ادرک کا تھوڑا سا چورن شہد کے ساتھ ملا لیجئے ان شاء اللہ عزوجل دمہ میں راحت ملے گی۔

﴿۲﴾ ایک پکا ہوا کیلا آگ کی لو پر گرم کیجئے پھر چھیل کر پسی ہوئی کالی مرچ چھڑک کر کھا لیجئے۔

﴿۳﴾ دو چمچ ادرک کا رس شہد کے ساتھ استعمال کیجئے۔

❁ انگلی کٹ جائے تو

انگلی وغیرہ کٹ جائے تو کپڑے پر خالص شہد لگا کر پٹی باندھ دیجئے۔ ان شاء اللہ عزوجل خون بند اور زخم ٹھیک ہو جائے گا۔

❁ کانٹا نکالنے کا طریقہ

اگر جسم میں کہیں کانٹا پیوست ہو گیا ہو اور نہ نکلتا ہو تو انڈے کی سفیدی میں تھوڑی سی پھٹکری ملا کر اس جگہ باندھ دیجئے ان شاء اللہ عزوجل تھوڑی دیر میں نکل آئے گا۔

❁ ''محمد'' کے چار حروف کی نسبت سے جل جانے کے 4 علاج

﴿۱﴾ چولھے پر خوب جوش دیا ہوا ناریل کا تیل (قابل برداشت ہونے کے بعد) جلے ہوئے حصے پر ملنے سے ان شاء اللہ عزوجل فائدہ ہو جائے گا۔

﴿۲﴾ بہت زیادہ پکا ہوا کیلا اچھی طرح مسل کر جلی ہوئی جگہ پر چپکا کر پٹی باندھ دیجئے ان شاء اللہ عزوجل فوراً سکون ملے گا۔

﴿۳﴾ گرم پانی یا بھاپ سے جلے ہوئے حصے پر چاول کا آٹا چھڑکنا مفید ہے۔

﴿۴﴾ جلی ہوئی جلد پر سفید داغ رہ جانے کی صورت میں خالص شہد میں روئی ڈبو کر باندھنے سے ان شاء اللہ عزوجل داغ نکل جائے گا۔

❁ ''رحمت'' کے چار حروف کی نسبت سے تھکن دور کرنے کے 4 علاج

﴿۱﴾ حضرت خاتون جنت سیدتنا فاطمۃ الزہرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کو محبوب رب ذوالمنن سلطان زمین وزمن شہنشاہ شیریں سخن عزوجل وصلی اللہ علیہ وسلم نے تھکن کا یہ علاج ارشاد فرمایا کہ سوتے وقت 33 بار سبحان اللہ 33 بار الحمد للہ 34 بار اللہ اکبر پڑھ لیا کرو۔

(صحیح مسلم ص ۱۳۶۰ حدیث ۲۷۲۸)

﴿۲﴾ یَا قُدُّوْسُ کا جو کوئی چلتے پھرتے اٹھتے بیٹھتے ورد کرتا رہے گا ان شاء اللہ عزوجل تھکن سے محفوظ رہے گا۔

﴿۳﴾ لیموں کا شربت شکر ڈال کر پینے سے بھی تھکن دور ہو جاتی ہے

﴿۴﴾ دو بڑے چمچے خالص شہد ایک گلاس پانی میں ملا کر پی لیجئے ان شاء اللہ عزوجل تھکن دور ہو جائے گی۔

❁ بیماریوں سے حفاظت کے لئے

پرانی زنانی بیماریوں سے نجات اور آئندہ ان سے تحفظات کے لئے اسلامی بہنیں یہ

چیزیں بکثرت استعمال کریں۔
چقندر ...... پتے والی سبزیاں......ساگ......سویا بین......چولائی کا ساگ ......
سرسوں کا ساگ......کڑھی پتا مریض غیر مریض سبھی اس کو کھالیں اسے سالن سے نکال کر پھینک نہ دیا کریں......ہرا دھنیہ......پودینہ......کالے اور سفید چنے......دالیں......بغیر چھنے آٹے کی روٹی (براؤن خبز (روٹی) اور براؤن بریڈ (ڈبل روٹی) کے نام سے بغیر چھنے آٹے کی روٹیاں بیکری سے مل سکتی ہیں۔)

❁ حیض کی خرابی کے نقصانات

حیض کھل کر نہ آنے یا تکلیف سے آنے یا بند ہو جانے سے کئی قسم کے امراض جنم لیتے ہیں مثلاً چکر آنا سر کا درد اور خون کی خرابی کے امراض جیسے خارش پھوڑے پھنسیاں وغیرہ۔

❁ حیض کی خرابی اور ڈراؤنے خواب

حیض کی خرابیوں کی وجہ سے مریضہ کو دوسری پریشانیوں کے علاوہ ڈراؤنے خواب بھی تنگ کرتے ہیں یہاں تک کہ بعض اوقات عامل ''اثرات'' کہہ کر مزید خوفزدہ کر دیتے ہیں حالانکہ وہ آسیب زدہ نہیں ہوتی اسلامی بہن یا اسلامی بھائی کو جس وجہ سے ڈراؤنے خواب آتے ہوں روزانہ سوتے وقت یَا مُتَکَبِّرُ 21 مرتبہ اول و آخر درود پاک پڑھ لیا کرے اس عمل کی پابندی کرنے سے ان شاء اللہ عزوجل خواب میں نہیں ڈریں گے۔

❁ کثرتِ حیض کے دو علاج

﴿۱﴾ بہت زیادہ خون گرتا ہو اور چکر آتے ہوں تو تھوڑے سے تلسی کے رس میں ایک چمچ شہد ملا کر پینا مفید ہے۔

﴿۲﴾ چھ گرام دھنیا (بیج) آدھا کلو پانی میں خوب پکائیے یہاں تک کہ پانی آدھا رہ جائے اب اتار کر ایک چمچ شہد ملا کر نیم گرم پی لیجیے ان شاء اللہ عزوجل فائدہ ہو جائے گا (مدت 20 دن)

❁ ماہواری کی خرابیوں کے تین علاج

﴿۱﴾ ہینگ کھانے سے رحم (بچہ دان) سکڑتا ہے اور حیض صاف آتا ہے۔

﴿۲﴾ 12 گرام کالے تل پاؤ کلو پانی میں خوب جوش دیجئے جب تین حصے پانی جل جائے تو اس میں کچھ گڑ ڈال کر دوبارہ جوش دیجئے پینے کے قابل ہو جانے کے بعد یہ پانی سے ان شاء اللہ عزوجل ماہواری کی تکلیف کم اور ایام درست ہو جائیں گے۔

﴿۳﴾ کچی پیاز کھانے سے ماہواری صاف آتی ہے اور درد نہیں ہوتا۔

❁ حیض بند ہونے کے 3 علاج

﴿۱﴾ اگر گرمی یا خشکی کے باعث حیض بند ہو جائے تو ایک کپ سونف کے عرق میں ایک چھوٹا چمچ تربوز کے بیج کا مغز اور ایک چمچ شہد ملا کر صبح وشام پئیں ان شاء اللہ عزوجل فائدہ ہوگا پانی خوب کثرت سے پئیں ہو سکے تو روزانہ 12 گلاس پی لیں۔

﴿۲﴾ 25 گرام گڑ 25 گرام سونف ایک کلو پانی میں جوش دیجئے اندازاً جب ایک پیالی رہ جائے تو چھان کر گرم گرم پی لیجئے تا حصول شفاء روزانہ صبح وشام یہ علاج کیجئے۔

﴿۳﴾ ہر کھانے کے ساتھ لہسن کا ایک جوا یعنی لہسن کی پوتھی کی قاش یا کلی باریک کاٹ کر نگل لیجئے اور بہتر ہے کہ ابال کر پی لیجئے نماز اور ذکر و درود کے لئے منہ خوب صاف کیجئے حتیٰ کے بدبو ختم ہو جائے۔

﴿۴﴾ تین عدد چھوہارے مغز بادام 10 گرام ناریل 10 گرام اور کشمش یعنی خشک چھوٹے انگور 20 گرام حیض کے دنوں میں روزانہ گرم دودھ کے ساتھ استعمال کیجئے۔

﴿۵﴾ ایام حیض سے ایک ہفتہ قبل روزانہ دودھ کے ساتھ 25 گرام سونف استعمال کیجئے۔

﴿۶﴾ آلو مسور اور خشک غذائیں ماہواری میں رکاوٹ بنتی ہیں لہٰذا ان ایام میں ان سے پرہیز کیجئے۔

❁ حیض کے درد کا علاج

25 گرام گڑ اور گاجر کے بیج 15 گرام دو گلاس ابلتے ہوئے پانی میں ابالیئے جب آدھارہ جائے تو چھان کر پی لیجئے اگر حیض درد سے آتا ہو تو اس کے ایام میں بغیر درد کے آنے لگے گا ان شاء اللہ عزوجل۔

❁ ''یا خدا'' کے پانچ حروف کی نسبت سے بانجھ پن کے 5 علاج

﴿۱﴾ ہر نماز کے بعد دونوں میاں بیوی اول آخر ایک بار درود شریف کے ساتھ قرآن کریم میں وارد یہ دعائے ابراہیم علیہ الصلوٰۃ والسلام تین بار پڑھتے رہیں

رَبِّ اجْعَلْنِیْ مُقِیْمَ الصَّلٰوةِ وَ مِنْ ذُرِّیَّتِیْ ۖ رَبَّنَا وَ تَقَبَّلْ دُعَآءِ ۝۴۰ رَبَّنَا اغْفِرْ لِیْ وَ لِوَالِدَیَّ وَ لِلْمُؤْمِنِیْنَ یَوْمَ یَقُوْمُ الْحِسَابُ ۝۴۱ (پ ۱۳ ابراہیم ۴۰-۴۱)

ترجمہ: اے میرے رب مجھے نماز کا قائم کرنے والا رکھ اور میری اولاد کو اے ہمارے رب اور ہماری دعا سن لے اے ہمارے رب مجھے بخش دے اور میرے ماں باپ کو اور سب مسلمانوں کو جس دن حساب قائم ہوگا۔

﴿۲﴾ دونوں ہر نماز کے بعد اول آخر ایک بار درود شریف دعائے ذکریا بھی تین مرتبہ پڑھ لیا کریں

رَبِّ هَبْ لِیْ مِنْ لَّدُنْكَ ذُرِّیَّةً طَیِّبَةً ۚ اِنَّكَ سَمِیْعُ الدُّعَآءِ ۝۳۸ (آل عمران: ۳۸)

ترجمہ: اے میرے رب مجھے اپنے پاس سے دے ستھری اولاد بے شک تو ہی دعا سننے والا۔

﴿۳﴾ ایک عدد جائفل باریک پیس کر سات حصے کر لیجئے تین ماہ تک عورت ایک حصہ روزانہ صبح پانی سے استعمال کرے مگر حیض کے دوران نہ لے۔

﴿۴﴾ 12 گرام سونف اور 50 گرام گلقند روزانہ رات کو گرم دودھ سے کھایئے۔

﴿۵﴾ آدھا کلو شکر، آدھا کلو سونف، 250 گرام مغز بادام، آدھا کلو دیسی گھی لے لیجئے۔ پھر گھی گرم کریں اور سونف باریک پیس کر گرم گھی میں ملا دیجئے نیز شکر ڈال دیجئے پھر

چولہے سے اتار کر کوٹے ہوئے بادام اوپر ڈال دیجیے۔

ترکیب استعمال: جس دن ماہواری شروع ہو اس دن سے میاں بیوی تیس تیس گرام صبح وشام دودھ کے ساتھ استعمال کرنا شروع کر دیں (مدت علاج کم از کم 92 دن ہے)

حاملہ کی تکالیف کے 6 علاج

﴿۱﴾ دیسی گھی میں بھنی ہوئی ہینگ دیسی گھی کے ساتھ کھانے سے درد زِہ اور چکر میں فائدہ ہوتا ہے۔

﴿۲﴾ اگر حاملہ کو بھوک نہ لگتی ہو تو دو چمچ ادرک کے رس میں سپاری جتنا گڑ اور پاؤ چمچ اَجما کا چورن ملا کر صبح وشام استعمال کرنے سے بھوک خوب لگتی ہے۔

﴿۳﴾ دوران حمل بخار اور ولادت کے بعد درد کمر ہو تو آدھا پاؤ چمچ پسی ہوئی سونٹھ آدھا چمچ اَجما اور آدھا چمچ دیسی گھی ملا کر صبح وشام کھلایئے ان شاءاللہ عزوجل آرام آ جائے گا۔

﴿۴﴾ حاملہ روزانہ مالٹا اور صرف ایک عدد چھوٹا سیب کھائے اگر مجبوری ہو تو تب بھی آئرن کی گولیاں کم سے کم استعمال کرے ان شاءاللہ عزوجل ہر قسم کی بیماری سے حفاظت ہوگی اور بچہ بھی خوبصورت ہوگا سیب اور آئرن کی گولیاں زیادہ کھانے سے بچہ کالا بھی ہوسکتا ہے۔

﴿۵﴾ قے متلی بدہضمی گیس سے پیٹ کا پھولنا بلغم پیٹ کا درد اور حاملہ کی دیگر تکالیف میں اَجما کا چورن آدھا چمچ نیم گرم پانی کے ساتھ صبح وشام استعمال کرنا بہت مفید ہے۔

﴿۶﴾ تین گرام پسا ہوا دھنیا اور 12 گرام شکر کو چاول کے دھون (یعنی چاول کا دھویا ہوا پانی) کے ساتھ حاملہ استعمال کرے تو قے میں افاقہ (کمی، فائدہ) ہوتا ہے۔

حسین وعقلمند اولاد کے لئے

حاملہ اگر بکثرت خربوزہ کھائے تو اولاد حسین اور صحت مند پیدا ہوگی ان شاءاللہ عزوجل اور اگر حاملہ ''لوبیا'' جو کہ ایک مشہور سبزی ہے کثرت سے کھائے تو اولاد عقلمند پیدا ہو، ان شاءاللہ عزوجل۔

ایام حمل کے لئے بہترین عمل

حمل میں کسی قسم کی بھی تکلیف ہو اس کے لئے نیز وضع حمل (یعنی ولادت) میں آسانی کی خاطر سورۂ مریم (پ١٦) کا ورد بے حد مفید ہے حاملہ روز پڑھ کر اپنے او پر دم کر لیا کرے یا کوئی دوسرا پڑھ کر دم کر دے روزانہ نہ پڑھ سکے تو جب درد کی شدت ہو یا بچہ پیٹ میں ٹیڑھا ہو جائے تو پڑھ کر دم کر لیا کرے ان شاء اللہ عزوجل اس کی برکتیں خوب ظاہر ہوں گی۔

حمل میں تاخیر

اگر حمل میں مطلوبہ درد شروع ہونے میں تاخیر ہو جائے تو بہت پرانا گڑ 30 یا 40 گرام لے کر 100 گرام پانی میں گرم کیجئے جب گڑ پگھل جائے تو "سہاگہ" اور "پھولی ہوئی پھٹکری" دو گرام ملا کر پلانے سے ان شاء اللہ عزوجل آسانی سے ولادت ہو جائے گی۔

اگر پیٹ میں بچہ ٹیڑھا ہو گیا ہو تو

سورۃ انشقاق کی ابتدائی پانچ آیات تین بار پڑھے اول و آخر تین مرتبہ درود پاک پڑھے آیتوں کے شروع میں ہر بار بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ پڑھ لے پڑھ کر پانی پر دم کر کے پی لے روزانہ یہ عمل کرتی رہے وقتاً فوقتاً ان آیات کا ورد کرتی رہے دوسرا کوئی بھی دم کر کے دے سکتا ہے انشاء اللہ عزوجل بچہ سیدھا ہو جائیگا درد زہ کیلئے بھی مفید ہے۔

سفید پانی

﴿١﴾ تین تین گرام زیرہ اور شکر پیس کر ملا لیجئے اس چورن کو مناسب مقدار میں چاول کا دھون میں ملا کر پینے سے ان شاء اللہ عزوجل سفید پانی گرنا بند ہو جائے گا۔

﴿٢﴾ 6 گرام خالص گھی اور ایک پکا کیلا ساتھ کھانے سے ان شاء اللہ عزوجل پانی گرنا بند ہو جائے گا۔

❁ "یا فاطمہ" کے سات حروف کی نسبت سے حمل کی حفاظت کے 7 علاج

﴿۱﴾ لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ (اعراب لگانے کی حاجت نہیں البتہ دونوں جگہ "ھا" کے دائرے کھلے رکھئے کسی کاغذ پر 55 بار لکھ کر (یا لکھوا کر) حسب ضرورت تعویذ کی طرح تہہ کر کے موم جامہ یا پلاسٹک کوٹنگ کروا کر کپڑے یا ریگزین یا چمڑے میں سی کر حاملہ گلے میں پہن یا بازو میں باندھ لے ان شاء اللہ عزوجل حمل کی بھی حفاظت ہوگی اور بچہ بھی بلا و آفت سے سلامت رہے گا اگر 55 بار اول آخر درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی پر دم کر کے رکھ لیں اور پیدا ہوتے ہی بچہ کے منہ پر لگا دیں تو ان شاء اللہ بچہ ذہین ہوگا اور بچوں کو ہونے والی بیماریوں سے بھی محفوظ رہے گا اگر یہی پڑھ کر زیت یعنی زیتون شریف کا تیل پر دم کر کے بچے کے جسم پر نرمی کے ساتھ مل دیا جائے تو بے حد مفید ہے ان شاء اللہ عزوجل کیڑے مکوڑے اور دیگر موذی جانور بچے سے دور رہیں گے اس طرح پڑھا ہوا زیت بڑوں کے جسمانی دردوں میں مالش کے لئے نہایت کارآمد ہے۔ (فیضان سنت جلد اول صفحہ ۹۹۵)

﴿۲﴾ لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ (بغیر اعراب مگر دونوں جگہ "ھا" کے دائرے کھلے ہوئے ہوں) کسی رکابی یا کاغذ پر 11 مرتبہ لکھ کر دھو کر عورت کو پلا دیجئے ان شاء اللہ عزوجل حمل کی حفاظت ہوگی جس عورت کو دودھ نہ آتا ہو یا کم آتا ہو ان شاء اللہ عزوجل اس کے لئے بھی مفید ہے چاہیں تو ایک ہی دن پلائیں یا کئی روز تک روزانہ ہی لکھ کر پلائیں ہر طرح سے اختیار ہے۔

﴿۳﴾ یا حی یا قیوم 111 بار کسی کاغذ پر لکھ کر حاملہ کے پیٹ پر باندھ دیجئے اور ولادت کے وقت تک باندھے رہیے ضرورتاً کچھ دیر کیلئے کھولنے میں حرج نہیں ان شاء اللہ عزوجل حمل بھی محفوظ رہے گا اور بچہ بھی صحت مند پیدا ہوگا۔ (فیضان سنت جلد اول صفحہ ۱۲۹۶)

﴿۴﴾ حفاظت حمل کیلئے شروع حمل سے لے کر بچہ کا دودھ چھڑانے تک روزانہ ایک بار سورۃ الشمس (پارہ ۳۰) پڑھے۔

﴿۵﴾ حمل ضائع ہونے کے خطرے کی صورت میں روزانہ بعد نماز فجر شوہر حاملہ زوجہ کے پیٹ پر شہادت کی انگلی رکھ کر دس بار دائرے بنائے اور ہر بار انگلی گھماتے ہوئے یَا مُبْتَدِئُ پڑھے۔

﴿۶﴾ یَا رَقِیْبُ سات بار روزانہ پانچوں نمازوں کے بعد اپنے پیٹ پر ہاتھ رکھ کر حاملہ پڑھے انشاءاللہ عزوجل بچہ ضائع نہ ہوگا۔

﴿۷﴾ جس عورت کا حمل گر جاتا ہو اسے چاہیے کہ آغاز سے لے کر آخری دن تک روزانہ صبح خشک دھنیا 21 دانے اور شام کو کالا زیرہ دو چٹکیاں ٹھنڈے پانی کے ساتھ نگل لیا کرے ان شاءاللہ عزوجل مقرر وقت پر تندرست بچے کی ولادت ہو جائے گی۔

❁ لیکوریا کا علاج

ناشتے کے بعد تین خشک انجیر کھایئے ان شاءاللہ عزوجل فائدہ ہوگا۔

❁ عرق النساء کے دو علاج

﴿۱﴾ روزانہ درد کے مقام پر ہاتھ رکھ کر اول آخر درود شریف سورۃ الفاتحہ ایک بار اور سات مرتبہ یہ دعا پڑھ کر دم کر دیجئے:

”اَللّٰھُمَّ اَذْھِبْ عَنِّیْ سُوْءَ مَا اَجِدُ“۔

ترجمہ:۔اے اللہ! عزوجل مجھ سے مرض دور فرما دے۔

اگر دوسرا کوئی پڑھ کر دم کرے تو "عَنِّیْ" کی جگہ مرد کے لئے "عَنْہُ" لگا دے او عورت کے لئے "عَنْھَا" کہے (مدت تا حصول شفاء)۔

﴿۲﴾ یَا مُحْیِیُ سات بار پڑھ کر گیس ہو یا پیٹھ یا پیٹ میں تکلیف یا عرق النساء یا کسی بھی جگہ درد ہو یا کسی عضو کے ضائع ہو جانے کا خوف ہو اپنے اوپر دم کر دیجئے (مدت تا حصول شفاء)۔

❁ دیسی مرغی کے فوائد

دیسی مرغی کا گوشت پیٹ کے درد کے لئے مفید ہے اس سے قوت حافظہ بھی بڑھتی ہے

آج کل مجرمانہ ذہن کے لوگ چھوٹی چھوٹی فارمی مرغیوں اور فارمی مرغی کے انڈوں کو رنگ لگا کر دیسی کی طرح بنا دیتے ہیں دیسی مرغی کی ایک پہچان یہ بھی ہے کہ اس کا پیٹ قدرے پتلا ہوتا ہے اور وزن بھی بہت زیادہ نہیں ہوتا (واللہ ورسولہ اعلم عزوجل وصلی اللہ علیہ وسلم)

❁ گھریلو جھگڑوں کا علاج

مفسر شہیر حکیم الامت حضرت مفتی احمد یار خان علیہ رحمۃ الحنان فرماتے ہیں کہ گھر میں داخل ہوتے وقت بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ پڑھ کر پہلے سیدھا قدم دروازے میں داخل کرنا چاہیے پھر گھر والوں کو سلام کرتے ہوئے گھر کے اندر آئیں اگر گھر میں کوئی نہ ہو تو السلام علیک ایھا النبی ورحمۃ اللہ وبرکاتہ کہیں بعض بزرگوں کو دیکھا گیا ہے کہ دن کی ابتداء میں گھر میں داخل ہوتے وقت بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ اور قُلۡ ہُوَ اللّٰہُ شریف پڑھ لیتے ہیں کہ اس سے گھر میں اتفاق بھی رہتا ہے یعنی جھگڑا نہیں ہوتا اور روزی میں برکت بھی۔ (مرآۃ المناجیح ج ٦ ص ٩)

یا الٰہی ہر گھڑی شیطان سے محفوظ رکھ
دے جگہ فردوس میں نیران سے محفوظ

❁ ”شریعت وسنت کی پابندی کرنے میں نجات ہے“ کے تیس حروف کی نسبت سے 30 غلطیوں کی نشاندہی

(1) اس خیال میں ہمیشہ مگن رہنا کہ جوانی اور تندرستی ہمیشہ رہے گی۔

(2) مصیبتوں میں بے صبر بن کر چیخ و پکار کرنا۔

(3) اپنی عقل کو سب سے بڑھ کر سمجھنا۔

(4) دشمن کو حقیر (کمزور) سمجھنا۔

(5) بیماری کو معمولی سمجھ کر شروع میں علاج نہ کرنا۔

(6) اپنی رائے پر عمل کرنا اور دوسروں کے مشوروں کو ٹھکرا دینا۔

(7) کسی بدکار کو بار بار آزما کر بھی اس کی چاپلوسی میں آجانا۔

(8) بیکاری میں خوش رہنا اور روزی کی تلاش نہ کرنا۔

(9) اپنا راز کسی دوسرے کو بتا کر اسے پوشیدہ رکھنے کی تاکید کرنا۔

(10) آمدنی سے زیادہ خرچ کرنا۔

(11) لوگوں کی تکلیف میں شریک نہ ہونا اور ان سے امداد کی امید رکھنا۔

(12) ایک دو ہی ملاقات میں کسی شخص کی نسبت کوئی اچھی یا بری رائے قائم کر لینا۔

(13) والدین کی خدمت نہ کرنا اور اولاد سے خدمت کی امید رکھنا۔

(14) کسی کام کو اس خیال سے چھوڑ دینا کہ پھر کسی وقت مکمل کر لیا جائے گا۔

(15) ہر شخص سے بدی کرنا اور لوگوں سے اپنے لیے نیکی کی توقع رکھنا۔

(16) گمراہوں کی صحبت میں اٹھنا بیٹھنا۔

(17) کوئی عمل صالح کی تلقین کرے تو اس پر دھیان نہ دینا۔

(18) خود حرام وحلال کا خیال نہ کرنا اور دوسروں کو بھی اس راہ پر لگانا۔

(19) جھوٹی قسم کھا کر جھوٹ بول کر دھوکا دے کر اپنی تجارت کو فروغ دینا۔

(20) علم دین اور دین داری کو عزت نہ سمجھنا۔

(21) خود کو دوسروں سے بہتر سمجھنا۔

(22) فقیروں اور سائلوں کو اپنے دروازے سے دھکا دے کر بھگا دینا۔

(23) ضرورت سے زیادہ بات چیت کرنا۔

(24) اپنے پڑوسیوں سے بگاڑ رکھنا۔

(25) بادشاہوں اور امیروں کی دوستی پر اعتبار کرنا۔

(26) خواہ مخواہ کسی کے گھریلو معاملات میں دخل دینا۔

(27) بغیر سوچے سمجھے بات کرنا۔

(28) تین دن سے زیادہ کسی کا مہمان بننا۔

(29) اپنے گھر کا بھید دوسروں پر ظاہر کرنا۔

(30) ہر شخص کے پاس اپنے دکھ درد بیان کرنا۔ (جنتی زیور، صفحہ ۵۵۷)

❁ 149 انتہائی کارآمد مدنی پھول

(1) رات کو دروازہ بند کرتے وقت گھر کے اندر اچھی طرح دیکھ بھال کر لیجئے کہ کوئی اجنبی یا کتا، بلی اندر تو نہیں رہ گیا یہ عادت ڈال لینے سے ان شاء اللہ عزوجل گھر میں کوئی نقصان نہیں ہوگا۔

(2) گھر اور گھر کے تمام سامانوں کو صاف ستھرا رکھیے اور ہر چیز کو اس کی جگہ پر رکھیے۔

(3) سب گھر والے آپس میں طے کر لیں کہ فلاں چیز فلاں جگہ پر رہے گی پھر سب گھر والے اس کے پابند ہو جائیں کہ جب اس چیز کو وہاں سے اٹھائیں تو استعمال کر کے پھر اسی جگہ رکھ دیں تا کہ ہر آدمی کو بغیر پوچھے اور بلا ڈھونڈھے وہ مل جایا کرے اور ضرورت کے وقت تلاش کرنے کی حاجت نہ پڑے۔

(4) گھر کے تمام برتنوں کو دھو، مانجھ کر کسی الماری یا طاق پر الٹا کر کے رکھ دیجئے اور پھر دوبارہ اس برتن کو استعمال کرنا ہو تو پھر اس برتن کو بغیر دھوئے استعمال مت کیجئے۔

(5) کوئی جوٹھا برتن یا غذا یا دوا لگا ہوا برتن ہرگز ہرگز نہ رکھ دیا کریں، جوٹھے یا غذاؤں اور دواؤں سے آلودہ برتنوں میں جراثیم پیدا ہوتے ہیں اور طرح طرح کی بیماریوں کے پیدا ہونے کا خطرہ رہتا ہے۔

(6) اندھیرے میں بلا دیکھے ہرگز ہرگز پانی نہ پئیں نہ کھانا کھائیں۔

(7) گھر یا آنگن کے راستہ میں چارپائی یا کرسی یا کوئی برتن یا کوئی سامان مت ڈال دیا کریں ایسا کرنے سے بعض دفعہ روز کی عادت کے مطابق بے کھٹکے چلے آنے والے کو ٹھوکر ضرور لگتی ہے اور بعض مرتبہ تو سخت چوٹیں بھی لگ جاتی ہیں۔

(8) صراحی کے منہ یا لوٹے کی ٹونٹی سے منہ لگا کر ہرگز کبھی پانی نہ پئیں کیونکہ اولاً تو یہ خلاف تہذیب ہے دوسرا یہ خطرہ ہے کہ صراحی یا ٹونٹی میں کوئی کیڑا مکوڑا چھپا ہوا ہو اور وہ پانی کے ساتھ پیٹ میں چلا جائے۔

(9) ہفتہ یا دس دنوں میں ایک دن گھر کی مکمل صفائی کے لیے مقرر کر لیجئے اس دن پورے مکان کی صفائی کر لیجئے۔

(10) دن رات بیٹھے رہنا یا پلنگ پر سوئے یا لیٹے رہنا تندرستی کے لیے بے حد نقصان دہ ہے۔ اسلامی بھائیوں کو صاف اور کھلی ہوا میں کچھ چل پھر لینا اور اسلامی بہنوں کو کچھ محنت کا کام ہاتھ سے کر لینا تندرستی کے لیے بہت ضروری ہے۔

(11) جس جگہ چند آدمی بیٹھے ہوں اس جگہ بیٹھ کر نہ تھوکیں نہ کھنکار نکالیں نہ ناک صاف کریں کہ خلاف تہذیب بھی ہے اور دوسروں کے لیے گھن پیدا کرنے والی چیز ہے۔

(12) دامن یا آنچل یا آستین سے ناک صاف نہ کریں نہ ہاتھ منہ ان چیزوں سے پونچھیں کیونکہ یہ گندگی ہے اور تہذیب کے خلاف بھی۔

(13) جوتی اور کپڑا یا بستر استعمال سے پہلے جھاڑ لیا کریں ممکن ہے کوئی موذی جانور بیٹھا ہو جو بے خبری میں آپ کو ڈس لے۔

(14) چھوٹے بچوں کو کھلاتے بہلاتے کبھی ہرگز ہرگز اچھال اچھال کر نہ کھلائیں خدانخواستہ ہاتھ سے چھوٹ گیا تو بچے کی جان خطرہ میں پڑ جائے گی۔

(15) بیچ دروازہ میں نہ بیٹھا کریں سب آنے جانے والوں کو تکلیف ہوگی اور خود آپ بھی تکلیف اٹھائیں گے۔

(16) اگر پوشیدہ جگہوں میں کسی کے پھوڑا پھنسی یا درد و ورم ہو تو اس سے یہ مت پوچھئے کہ کہاں ہے؟ اس سے خواہ مخواہ شرمندگی ہوگی۔

(17) بیت الخلاء یا غسل خانہ سے کمر بند یا تہبند یا ساڑھی باندھتے ہوئے باہر نہ نکلیں بلکہ اندر ہی سے باندھ کر، اور اچھی طرح کپڑے آگے پیچھے سے درست کر کے باہر نکلیں۔

(18) جب آپ سے کوئی شخص کوئی بات پوچھے تو پہلے اس کا جواب دیجئے اس کے بعد ہی دوسرا کام کیجئے۔

(19) جو بات کسی سے کہیں یا کسی کا جواب دیں تو صاف صاف بولیں اور اتنی آواز

سے بولیں کہ سامنے والا اچھی طرح سن اور سمجھ لے۔

(20) اگر کسی کے بارے میں کوئی پوشیدہ بات کسی سے کہنی ہو اور وہ شخص اس مجلس میں موجود ہو تو آنکھ یا ہاتھ سے بار بار اس کی طرف اشارہ مت کیجئے کہ ناحق اس شخص کو طرح طرح کے شبہات ہوں گے۔

(21) کسی کو کوئی چیز دینی ہو تو اپنے ہاتھ سے اس کے ہاتھ میں دیجئے یا برتن میں رکھ کر اس کے سامنے پیش کیجئے، دور سے پھینک کر کوئی چیز کسی کو مت دیجئے کہ شاید اس کے ہاتھ میں نہ پہنچ سکے اور زمین پر گر کر ٹوٹ پھوٹ جائے یا خراب ہو جائے۔

(22) اگر کسی کو پنکھا جھلیں تو اس کا خیال کریں کہ اس کے سر یا چہرہ یا بدن کے کسی حصہ میں پنکھا لگنے نہ پائے اور پنکھے کو اتنے زور سے نہ جھلا کریں کہ خود آپ یا دوسرے پریشان ہو جائیں۔

(23) میلے کپڑے جو دھوبی کے یہاں جانے والے ہوں ان کو گھر میں ادھر ادھر پڑے یا بکھرے ہوئے زمین پر نہ رہنے دیں بلکہ مکان کے کسی کونے میں لکڑی کا ایک معمولی بکس رکھ لیجئے اور سب میلے کپڑوں کو اسی میں جمع کرتے رہیے۔

(24) اپنے اونی کپڑوں کو کبھی کبھی دھوپ میں سکھا لیا کریں اور کتابوں کو بھی تاکہ کیڑے مکوڑے کپڑوں اور کتابوں کو کاٹ کر خراب نہ کر سکیں۔

(25) جہاں کوئی آدمی بیٹھا ہو وہاں گرد و غبار والی چیزوں کو نہ جھاڑیں۔

(26) کسی دکھ یا پریشانی یا غم اور بیماری وغیرہ کی خبروں کو ہرگز اس وقت تک نہیں کہنا چاہیے جب تک کہ اس کی خوب اچھی طرح تحقیق نہ ہو جائے۔

(27) کھانے پینے کی کوئی چیز کھلی مت رکھیے ہمیشہ ڈھانک کر رکھا کیجئے اور مکھیوں کے بیٹھنے سے بچایئے۔

(28) دوڑ کر، منہ اوپر اٹھا کر نہیں چلنا چاہیے اس میں ٹھوکر لگنے، کسی سے ٹکرا جانے وغیرہ کے بہت سے خطرات ہیں۔

(29) چلنے میں پاؤں پورا اٹھایا کریں اور پورا پاؤں زمین پر رکھا کریں پنجوں یا ایڑی کے بل چلنا یا پاؤں گھسیٹتے ہوئے چلنا یہ تہذیب کے خلاف ہے۔

(30) کپڑا پہنے پہنے نہیں سینا چاہیے۔

(31) ہر کسی پر اندھا بھروسہ مت کرلیا کریں جب تک کسی کو ہر طرح سے بار بار آزما نہ لیں اس کا اعتبار مت کرلیا کریں خاص کر اکثر شہروں میں بہت سی عورتیں کوئی حجن صاحبہ بنی ہوئی کعبہ کا غلاف لیے ہوئے، کوئی تعویذ گنڈے جھاڑ پھونک کرتی ہوئی گھروں میں گھستی پھرتی ہیں اور عورتوں کے مجمع میں بیٹھ کر اللہ عزوجل ورسول اللہ ﷺ کی باتیں کرتی ہیں، یا پانی پیشاب کے بہانے گھروں میں داخل ہوجاتی ہیں۔ خبردار! خبردار! ان عورتوں کو ہرگز ہرگز گھروں میں آنے ہی مت دیجئے در وازے ہی سے واپس کردیجئے۔ ایسی عورتوں نے بہت سے گھروں کا صفایا کر ڈالا ہے ان عورتوں میں بعض چوروں اور ڈاکوؤں کی مخبر بھی ہوا کرتی ہیں جو گھر کے اندر گھس کر سارا ماحول دیکھ لیتی ہیں پھر چوروں اور ڈاکوؤں کو ان کے گھروں کا حال بتادیتی ہیں۔

(32) جہاں تک ہوسکے کوئی سودا سامان ادھار مت منگایا کریں اور اگر مجبوری سے منگانا ہی پڑ جائے تو دام پوچھ کر تاریخ کے ساتھ لکھ لیجئے اور جب روپیہ آپ کے پاس آ جائے تو فوراً ادا کردیجئے زبانی یاد پر بھروسا مت کیجئے۔

(33) جہاں تک ہوسکے خرچ چلانے میں بہت زیادہ کفایت سے کام لیجئے اور روپیہ پیسہ بہت ہی انتظام سے اٹھایئے بلکہ جتنا خرچ کے لیے آپ کو ملے اس میں سے کچھ نہ کچھ بچالیا کیجئے۔

(34) جو عورتیں بہت سے گھروں میں آیا جایا کرتی ہیں جیسے دھوبن، کام والیاں وغیرہ ان کے سامنے ہرگز ہرگز اپنے گھر کے اختلاف اور جھگڑوں کو مت بیان کریں کیونکہ اکثر ایسی عورتیں گھروں کی باتیں دس گھروں میں کہتی پھرتی ہیں۔

(35) کوئی شخص تمہارے دروازہ پر آکر آپ کے گھر کے کسی فرد کا دوست یا رشتہ دار

ہونا ظاہر کرے تو ہرگز اس کو اپنے مکان کے اندر مت بلایئے نہ اس کا کوئی سامان اپنے گھر میں رکھیے نہ اپنا کوئی قیمتی سامان اس کے سپرد کیجئے۔

(36) محبت میں اپنے بچوں کو بلا بھوک کے کھانا مت کھلایئے نہ اصرار کر کے زیادہ کھلاؤ کہ ان دونوں صورتوں میں بچے بیمار ہو جاتے ہیں جس کی تکلیف آپ کو اور بچوں دونوں کو بھگتنی پڑ سکتی ہے۔

(37) بچوں کے سردی، گرمی کے کپڑوں کا خاص طور پر دھیان لازمی رہے بچے سردی گرمی لگنے سے بیمار ہو جایا کرتے ہیں۔

(38) بچوں کو ماں باپ بلکہ دادا کا نام بھی (بلکہ گھر کا ایڈریس بھی) یاد کرا دیجئے اور کبھی کبھی پوچھا کیجئے تا کہ یاد رہے، اس میں یہ فائدہ ہے کہ اگر خدانخواستہ بچہ کھو جائے اور کوئی اس سے پوچھے کہ آپ کے باپ کا کیا نام ہے؟ آپ کے ماں باپ کون ہیں؟ (تمہارا گھر کہاں ہے) تو اگر بچہ کو نام و پتہ وغیرہ یاد ہوں گے تو بتا دے گا پھر کوئی نہ کوئی اس کو آپ کے پاس پہنچا دے گا یا آپ کو بلا کر بچہ آپ کے سپرد کر دے گا اور اگر بچے کو ماں باپ کا نام (و پتہ) یاد نہ رہا تو بچہ یہی کہے گا کہ میں ابا یا اماں کا بچہ ہوں کچھ خبر نہیں کہ کون ابا؟ کون اماں؟

(39) اسلامی بہنیں چھوٹے بچوں کو اکیلا چھوڑ کر گھر سے باہر نہ چلی جایا کریں کہ ایسا بھی ہوا ہے کہ ایک عورت بچے کے آگے کھانا رکھ کر باہر چلی گئی۔ بہت سے کوؤں نے بچے کے آگے کا کھانا چھین کر کھا لیا اور چونچ مار مار کر بچے کی آنکھ بھی پھوڑ ڈالی۔ اسی طرح ایک بچے کو بلی نے اکیلا پا کر اس قدر نوچ ڈالا کہ بچہ مر گیا۔

(40) کسی کو ٹھہرانے یا کھانا کھلانے پر بہت زیادہ اصرار مت کیجئے بعض مرتبہ اس میں مہمان کو الجھن یا تکلیف ہو جاتی ہے پھر سوچئے کہ بھلا ایسی محبت سے کیا فائدہ جس کا انجام نفرت اور بدنامی ہو۔

(41) وزن یا خطرہ والی کوئی چیز کسی آدمی کے اوپر سے اٹھا کر مت دیا کریں خدانخواستہ وہ چیز ہاتھ سے چھوٹ کر آدمی کے اوپر گر پڑی تو اس کا انجام کتنا خطرناک ہوگا؟

(42) کسی بچہ یا شاگرد کو سزا دینی ہو تو مٹی، لکڑی یا لات گھونسا سے مت ماریں خدا نخواستہ اگر کسی نازک جگہ چوٹ لگ جائے تو کتنی بڑی مصیبت سر پر آپڑے گی؟

(43) اگر آپ کسی کے گھر مہمان بن کر جائیں اور کھانا کھا چکے ہوں تو حسب حال جاتے ہی گھر والوں سے کہہ دیں کہ ہم کھانا کھا کر آئے ہیں کیونکہ گھر والے لحاظ کی وجہ سے بغیر پوچھے اور چپکے چپکے کھانا تیار کر لیں گے اور جب کھانا سامنے آ گیا تو آپ نے کہہ دیا کہ ہم تو کھانا کھا کر آئے ہیں سوچیے کہ اس وقت گھر والوں کو کتنا افسوس ہوگا؟

(44) مکان میں اگر رقم یا زیور وغیرہ دفن کر رکھا ہے تو اپنے گھر والوں میں سے جس پر بھروسا ہو اس کو بتا دیجئے ورنہ شاید تمہارا اچانک انتقال ہو جائے تو وہ زیور یا رقم ہمیشہ زمین ہی میں رہ جائے گی۔ (اسی طرح دیگر خفیہ اموال و امانات و دستاویزات کے بارے میں کسی کو اعتماد میں لے لینا مفید ہے) اسی طرح اپنی وصیت تیار کر کے رکھنا بھی بزرگانِ دین کی سنت ہے۔

(45) مکان میں جلتا چراغ یا آگ چھوڑ کر باہر مت چلے جائیے چراغ اور آگ کو مکان سے نکلتے وقت بجھا دینا چاہیے۔

(46) اتنا زیادہ مت کھائیے کہ چورن کی جگہ بھی پیٹ میں باقی نہ رہ جائے۔

(47) جہاں تک ممکن ہو رات کو مکان میں تنہا مت رہیں خدا جانے رات میں کیا اتفاق پڑ جائے؟ لاچاری اور مجبوری کی تو اور بات ہے مگر جب تک ہو سکے مکان میں رات کو اکیلے نہیں سونا چاہیے۔

(48) اپنے ہنر پر ناز مت کیجئے۔

(49) برے وقت کا کوئی ساتھی نہیں ہوتا اس لیے صرف خدا پر بھروسا رکھیے۔

(جنتی زیور، صفحہ ۵۵۸ ملخصاً)

❁ ''محتاط آدمی سدا سکھی'' کے سولہ حروف کی نسبت سے

16 گھریلو علاج اور کارآمد مدنی پھول

(1) پلنگ کی پائنتی کی جانب اجوائن (ایک دیسی دوا) کی پوٹلیاں باندھنے سے ان

شاء اللہ عزوجل اس پلنگ کے کھٹمل بھاگ جائیں گے۔

(2) اگر مچھر دانی میسر نہ ہو اور گرمیوں کے موسم میں مچھر زیادہ تنگ کریں تو بستر پر جا بجا تلسی (نامی پودے) کے پتے پھیلا دیجئے ان شاء اللہ عزوجل مچھر بھاگ جائیں گے۔

(3) لکڑی میں کیل ٹھوکتے ہوئے لکڑی کے پھٹنے کا خطرہ ہو تو اس کیل کو پہلے صابن میں ٹھوکنے کے بعد لکڑی میں ٹھوکنا چاہیے ان شاء اللہ عزوجل اس طرح لکڑی نہیں پھٹے گی۔

(4) کاغذی لیموں (پتلے چھلکے والا لیموں) کا رس اگر دن میں چند بار پی لیں تو ان شاء اللہ عزوجل ملیریا کا حملہ نہیں ہوگا۔

(5) لو سے بچنے کے لیے تیز دھوپ میں سفر کرتے وقت جیب میں ایک پیاز رکھ لینا چاہیے۔

(6) ہیضہ (نامی خطرناک بیماری) کے حملہ سے بچنے کے لیے سرکہ، لیموں اور پیاز کا بکثرت استعمال کرنا چاہیے۔

(7) سبزیوں کو جلد گلانے اور آٹے میں خمیر جلد آنے کے لیے خربوزہ کے چھلکوں کو خوب سکھائیں اور ان کو باریک پیس کر سفوف (یعنی پاؤڈر) تیار کر لیں پھر اس سفوف کو سبزیوں میں جلد گلانے کے لیے ڈالیں اور آٹے میں خمیر جلد آنے کے لیے تھوڑا سفوف آٹے میں ڈال دیا کریں۔

(8) روغن زیتون (OLIVE OIL) دانتوں پر ملنے سے مسوڑھے اور ہلتے ہوئے دانت مضبوط ہو جاتے ہیں۔

(9) ہچکی آرہی ہو تو لونگ کھا لینے سے بند ہو جاتی ہے۔

(10) سر میں جوئیں پڑ جائیں تو ست پودینہ (یعنی پودینہ کا عرق) صابن کے پانی میں حل کر کے سر میں ڈالیں اور سر کو خوب دھوئیں دو تین مرتبہ ایسا کر لینے سے ان شاء اللہ عزوجل سب جوئیں مر جائیں گی۔

(11) لیموں کی پھانک (ٹکڑا) چہرہ پر کچھ دنوں ملنے اور پھر صابن سے دھو لینے سے

چہرہ کے کیل مہاسے دور ہو جاتے ہیں۔

(12) پیدل چلنے کی وجہ سے اگر پاؤں میں تھکن زیادہ معلوم ہو تو نمک ملے ہوئے گرم پانی سے کچھ دیر پاؤں رکھ دینے سے تھکاوٹ دور ہو جاتی ہے۔

(13) لیموں کو اگر بھوبل (یعنی گرم ریت) میں گرم کر کے یا گرما گرم پتیلے کے اندر چالوں کے اوپر کچھ دیر رکھنے کے بعد نچوڑیں تو ان شاء اللہ عزوجل عرق آسانی کے ساتھ زیادہ نکلے گا۔

(14) آگ سے جل جائیں تو بدن کے جلے ہوئے مقام پر فوراً روشنائی لگائیں یا چونا کا پانی ڈالیں یا بردوھ (برگد کے درخت) کا تیل لگائیں یا شکر سفید پانی میں گھول کر لگائیں۔

(15) سانپ یا کوئی زہریلا جانور کاٹ لے تو کاٹنے کی جگہ سے ذرا اوپر فوراً کسی مضبوط دھاگے سے کس کر باندھ دیجئے اور مریض کو سونے مت دیجئے، یہ فوری ترکیب کر کے پھر ڈاکٹر سے رجوع کیجئے۔

(16) اگر کوئی سنکھیا (نامی خطرناک زہر) یا افیون یا دھتورا (ایک پودا جس کا بیج نشہ آور ہوتا ہے) کھالے تو فوراً سویا (ایک خوشبودار ساگ کا نام) کا بیج دو تولہ آدھ سیر پانی میں پکا کر اس میں پاؤ بھر گھی ایک تولہ نمک ملا کر نیم گرم پلائیں اور قے کرائیں جب خوب قے ہو جائے تو دودھ پلائیں اور اگر دودھ سے بھی قے ہو جائے تو بہت اچھا ہے اور مریض کو سونے نہ دیں ان شاء اللہ عزوجل مریض صحت یاب ہو جائے گا۔ (جنتی زیور، صفحہ ۵۶۵)

❁ سانپ، بچھو، کنکھجورا اور چیونٹیوں سے نجات کے طریقے

❁ سانپ

ایک پاؤ نوشادر کو پانچ سیر پانی میں گھول کر گھر کے تمام بلوں، سوراخوں اور کونوں میں چھڑک دیں اگر گھر میں سانپ ہوگا تو بھاگ جائے گا اور کبھی کبھی یہ پانی چھڑکتے رہیں تو اس مکان میں سانپ نہیں آئے گا۔ ان شاء اللہ عزوجل۔

دوسری ترکیب یہ ہے کہ گھر کے بلوں اور دوسرے سب سوراخوں میں رائی ڈال دیں ان شاء اللہ عزوجل سانپ فوراً مر جائے گا اور اگر اپنے آس پاس رائی ڈال کر سوئیں تو ان شاء اللہ عزوجل سانپ قریب نہیں آسکتا۔

❁ بچھو

مولی کا عرق اگر بچھو کے اوپر ڈال دیا جائے تو ان شاء اللہ عزوجل بچھو مر جائے گا اور اگر بچھو کے سوراخ میں مولی کے چند ٹکڑے ڈال دیئے جائیں تو بچھو سوراخ سے باہر نہیں نکل سکے گا بلکہ سوراخ کے اندر ہی ان شاء اللہ عزوجل ہلاک ہو جائے گا۔

دوسری ترکیب یہ ہے کہ چرچٹا گھاس کی جڑ اگر بچھونے پر رکھ دی جائے تو بچھو بستر پر نہیں چڑھ سکے گا۔ اگر بچھو ڈنک مار دے تو بیروزا (ایک قسم کا مادّہ جو چیڑ کی لکڑی سے نکلتا ہے۔) کا تیل لگائیں یا چرچٹا کی جڑ گھس کر لگائیں ان شاء اللہ عزوجل زہر اتر جائے گا۔

❁ کنکھجورا

اگر کسی کے بدن میں چمٹ جائے یا کان میں گھس جائے تو شکر اس کے اوپر ڈالیں فوراً ہی اس کے پاؤں کھال سے باہر نکل جائیں گے اور اگر پیاز کا عرق کنکھجورا کے اوپر ڈال دیں تو وہ جگہ بھی چھوڑ دے گا اور پھر فوراً ہی مر جائے گا اور اگر اس کے پاؤں چبھنے سے زخم ہو گیا تو پیاز توے پر جھلبھلا کر اس کے زخم پر باندھنا اکسیر ہے۔

❁ پسو

ایک (پردار زہریلا کیڑا جس کے کاٹنے سے کھجلی ہوتی ہے) اندرائن کے پھل یا اس کی جڑ پانی میں بھگو کر تمام گھر میں پانی چھڑک دیجئے ان شاء اللہ عزوجل اس مکان سے پسو بھاگ جائیں گے۔

❁ چیونٹیاں

ہینگ (ایک درخت کا بدبودار گوند جو پنساری سے مل سکتا ہے) سے بھاگ جاتی ہیں۔

❁ کپڑوں اور کتابوں کا کیڑا

افسنطین (نامی دوا) یا پودینہ یا لیموں کے چھلکے یا نیم کے پتے یا کافور کپڑوں اور کتابوں میں رکھ دیں تو ان شاء اللہ عزوجل کپڑے اور کتابیں کیڑوں کے کھانے سے محفوظ رہیں گی۔

(جنتی زیور، صفحہ ۵٦٧)

رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا:

فَاِنَّ فِی الصَّلٰوۃِ شِفَاءٌ

بے شک نماز میں شفاء ہے۔(ابن ماجہ، ج ۲ ص ۳۴۶)



باب پنجم

نماز کے ذریعے علاج



نماز اور جدید سائنسی انکشافات

نماز اللہ تعالیٰ کی عظیم الشان عبادت ہے یہ وہ تحفہ ہے جو اللہ تعالیٰ نے اپنے محبوب (ﷺ) کو اپنے دیدار سے سرفراز فرمانے کے بعد عطا فرمایا یہ ایسی عبادت ہے جسکا کوئی ثانی نہیں ہے اس کے پڑھنے سے وہ سکون، اطمینان۔ مٹھاس اولذت ملتی ہے جو کائنات کی کسی چیز میں نہیں ہے کیونکہ بندہ اپنے رب تعالیٰ کے اتنا قریب ہو جاتا ہے کہ اسکی معراج ہو جاتی ہے۔

جہاں اس کے باطنی فوائد ہیں وہیں اس کے ظاہری اور دُنیاوی فائدے بھی ہیں جیسے ہم نے نہیں بلکہ جدید سائنسی تحقیق نے بھی ثابت کیا ہے۔

نماز اور ورزش

نماز میں بہترین ورزش بھی ہے سُستی، کاہلی اور پُرفتن دور میں نماز ہی ایک چیز ہے جس کو صحیح طور پر پڑھا جائے تو دنیا کے تمام دکھوں کا مداوا بن سکتی ہے۔ نماز کی ورزشیں جہاں بیرونی اعضاء کی خوشنمائی و خوبصورتی کا ذریعہ ہیں وہاں دل، گردے، جگر، پھیپھڑے، دماغ، آنتیں، معدہ، ریڑھ کی ہڈی، گردن، سینہ اور تمام قسم کے گلینڈز (Glands) کی نشوونما کرتی ہے۔ آدمی جب ساری رات سویا رہتا ہے جسکی وجہ سے اعضاء سُست ہو جاتے ہیں جسم کا دوران خون سُست ہو جاتا ہے اب اس جسم کو ایسی ورزش کی ضرورت ہے جو جسم کو دوبارہ چست کر دے تو اللہ اکبر! فجر کی نماز رکھ دی گئی تا کہ بندے میں چُستی پیدا ہو۔ اس کے بعد پھر بندہ طویل کام کاج کے بعد پریشان ہوتا ہے تو ظہر کی نماز کا حُکم دیا گیا تا کہ سارے خیالات کو بھلا کر اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں جھک جائے۔

عصر کا وقت جب آتا ہے تو عصر کی نماز کا حُکم ہوتا ہے تا کہ بندہ کسی بھی طریقے سے اپنے رب جل جلالہٗ کی یاد میں رہے غافل نہ ہو اور یہی کیفیت مغرب کی بھی ہے۔

اس کے بعد بندہ کھانا کھاتا ہے۔ پھر عشاء کی نماز کا وقت ہوتا ہے اس میں زیادہ

رکعتیں ہیں تاکہ آدمی جو کھانا کھاتا ہے وہ اس کی برکت سے ہضم ہو جائے کیونکہ جو کھانا جسم میں ہضم نہیں ہوتا وہ طرح طرح کی بیماریوں کا باعث بنتا ہے۔

نماز سے بیماریوں کا علاج

ایک پاکستانی ڈاکٹر، ڈاکٹر ماجد فزیوتھراپی میں اعلیٰ ڈگری کے لئے یورپ گئے جب وہاں ان کو بالکل نماز کی طرح ورزش سکھائی گئی تو یہ اس ورزش کو دیکھ کر حیران رہ گئے کہ ہم نے آج تک نماز کو ایک دینے فریضہ سمجھا اور ادا کیا لیکن یہاں تو عجیب وغریب انکشافات ہیں کہ ورزش کے ذریعے تو بڑے بڑے امراض ختم ہو جاتے ہیں۔ جیسا کہ دماغی بیماریوں، اعصابی امراض، نفسیاتی امراض، بے چینی، دل کے امراض، جوڑوں کے امراض، معدے اور السر کی شکایت، شوگر، آنکھوں اور گلے کی بیماریوں سے انسان محفوظ ہو جاتا ہے، وہ سب ورزشیں حالت نماز میں موجود ہیں۔

قیام اور سائنسی تحقیق

قیام میں نمازی جس حالت میں ہوتا ہے اگر روزانہ پینتالیس منٹ ایسی حالت میں کھڑا رہے تو دماغ اور اعصاب میں زبردست قوت اور طاقت پیدا ہوتی ہے قوت فیصلہ اور قوت مدافعت میں زیادتی ہوتی ہے۔

رکوع اور جدید سائنس

رکوع کے متعلق سرجنز کا بیان ہے کہ رکوع سے کمر کے درد کے مریض یا ایسے مریض جن کے حرام مغز میں ورم ہو گیا ہو بہت جلد صحتیاب ہو جاتے ہیں۔ رکوع سے دماغ اور آنکھوں کی طرف دوران خون کے بہاؤ کی وجہ سے دماغ ونگاہ کی کارکردگی میں اضافہ ہوتا ہے۔

سجدہ اور جدید سائنس

نمازی جب سجدہ کرتا ہے تو اس کے دماغ کی شریانوں کی طرف خون زیادہ ہو جاتا ہے۔ جس کی کسی بھی پوزیشن میں خون دماغ کی طرف زیادہ نہیں جاتا صرف سجدہ کی حالت

میں دماغی اعصاب، آنکھوں اور سر کے دیگر حصوں کی طرف خون متوازن ہو جاتا ہے جسکی وجہ سے دماغ اور نگاہ بہت تیز ہو جاتے ہیں۔

سلام پھیرنا اور جدید سائنس

ڈاکٹر عبد الواحد کی ریسرچ ہے کہ سلام پھیرنے کے لئے نمازی کو سر دائیں بائیں کرنا پڑتا ہے تو ایسا کرنے والا دل کی بیماریوں اور اسکی اندرونی پیچیدگیوں سے ہمیشہ بچا رہتا ہے اور بہت کم ان بیماریوں میں مبتلا ہوتا ہے۔

نماز تہجد اور جدید سائنسی تحقیق

تہجد کی نماز کے بارے میں جدید تحقیق ہے کہ پچھلی رات کو جاگنے سے انسانی جسم پر مندرجہ ذیل فوائد مرتب ہوتے ہیں۔

۱۔ دل کے امراض کے لئے تریاق اعظم ہے

۲۔ اعصابی کھچاؤ اور جکڑاؤ کے لئے مفید ہے

۳۔ دماغی امراض خاص طور پر پاگل پن کے لئے آخری علاج ہے۔

۴۔ نگاہوں کا علاج ہے خاص طور پر جن کی نگاہ میں دو چیزیں نظر آتی ہیں

۵۔ انسانی جسم میں نشاط و فرحت اور غیر معمولی طاقت پیدا کرتا ہے جو سارا دن اسے ہشاش بشاش رکھتی ہے۔

﴿ایک فزیشن اور نماز﴾ ایک مشہور ڈاکٹر نے اپنے اعصاب کی کمزوری، جوڑوں کے درد اور دیگر عضلاتی امراض کے لئے اپنا علاج نماز کے ذریعے کیا مسلسل نمازی علاج کے بعد وہ صحت مند ہو گیا اور تمام ادویات کا استعمال چھوڑ کر صرف نماز کے زیر علاج رہنے لگا۔

فجر کا وقت اور جدید تحقیق

(حفظانِ صحت کے لئے بہت مؤثر ہے)

نماز فجر اس وقت ہوتی ہے جب رات ڈوبنے کو ہوتی ہے اور اس وقت آدمی رات کے

سکون اور آرام کے بعد اٹھتا ہے۔ سائنس اور حفظان صحت کا اصول ہے کہ کسی بھی روزش کو کرنے کے لئے آہستہ آہستہ اپنی رفتار قوت اور لچک میں اضافہ کیا جائے حتیٰ کہ دوڑنے کے لئے بھی یہ ضروری ہے کہ اس میں پہلے آہستہ آہستہ دوڑیں پھر تیز اور پھر سبک رفتار بن جائیں۔

صبح کی نماز کا بنیادی مقصد انسان کو طہارت اور صفائی کی طرف مائل کرنا ہے۔ بیکٹیریا (Bacteria) کی ایک قسم رات سوتے وقت منہ میں پیدا ہو جاتی ہے اگر وہ غذا لعاب یا پانی کے ذریعے اندر چلی جائے تو معدی کو سوزش اور آنتوں کی ورم اور السر کے خطرات بڑھ جاتے ہیں۔

ظہر کا وقت اور جدید تحقیق

(خطرناک گیس سے حفاظت)

سورج کی تمازت ختم ہو کر (جو زوال سے شروع ہوتی ہے) زمین کے اندر سے ایک گیس خارج ہوتے ہے یہ گیس اس قدر زہریلی ہوتی ہے کہ اگر آدمی کے اوپر اثر انداز ہو جا تو وہ قسم قسم کی بیماریوں میں مبتلا کر دیتی ہے۔ دماغی نظام اس قدر درہم برہم ہو جاتا ہے کہ آدمی پاگل بن کا گمان کرنے لگتا ہے۔ جب کوئی بندہ ذہنی طور پر عبادت میں مشغول ہو جاتا ہے تو اسے نماز کی نورانی لہریں اس خطرناک گیس سے محفوظ رکھتی ہیں۔ اب نورانی لہروں سے یہ زہریلی گیس بے اثر ہو جاتی ہے۔

عصر کا وقت اور جدید تحقیق

(دماغ روحانی قوت قبول کرنے کے قابل ہو جاتا ہے)

زمین دو طرح سے چل رہی ہے ایک گردش محوری اور دوسری طولانی، زوال کے بعد زمین کی گردش میں کمی واقع ہو جاتی ہے اور پھر رفتہ رفتہ یہ گردش کم ہوتی چلی جاتی ہے اور عصر کے وقت تک یہ گردش اتنی کم ہو جاتی ہے کہ دن کے حواس کے بجائے رات کے حواس کا دروازہ کھلنا شروع ہو جاتا ہے اور شعور مغلوب ہو جاتا ہے۔ ہر ذی شعور انسان اس بات کو

محسوس کرتا ہے کہ عصر کے وقت اس کے اوپر ایسی کیفیت طاری ہو جاتی ہے جس کو وہ تکان، بے چینی اور اضمحلال کا نتیجہ قرار دیتا ہے۔ عصر کی نماز شعور کو اس حد تک مضمحل ہونے سے روک دیتی ہے جس سے دماغ پر خراب اثرات مرتب ہوں۔ وضو اور عصر کی نماز قائم کرنے والے بندی کے شعور میں اتنی طاقت آجاتی ہیں کہ وہ لاشعور نظام کو آسانی کے ساتھ قبول کر لیتا ہے اور اپنی روح سے قریب ہو جاتا ہے۔ دماغ روحانی تحریکات قبول کرنے کے ئے تیار ہو جاتا ہے۔

مغرب کا وقت اور جدید تحقیق

آدمی بالفعل اس بات کا شکر ادا کرتا ہے کہ اسے اللہ تعالیٰ نے رزق عطا فرمایا ایسا گھر اور بہترین رفیقِ حیات عطا کی جس نے اس کی اور اس کے بچوں کی غذائی ضروریات پوری کیں شکر کے جذبات سے وہ مسرور اور خوش خرم اور پُر کیف ہو جاتا ہے اس کے اندر خالق کائنات کی وہ صفات متحرک ہو جاتی ہے جن کے ذریعے کائنات کی تخلیق ہوئی ہے جب وہ اپنے گھر والوں کے ساتھ پرسکون ذہن سے محو گفتگو ہوتا ہے تو اس کے اندر کی روشنیاں بچوں میں براہ راست منتقل ہوتی ہیں اور ان روشنیوں سے اولاد کے دل میں ماں باپ کا احترام اور وقار قائم ہوتا ہے بچے غیر ارادی طور پر ماں باپ کی حمیت وعشق کا جذبہ پیدا ہوتا ہے مختصر یہ کہ مغرب کی نماز صحیح طور پر اور پابندی کے ساتھ ادا کرنے والے بندے کی اولاد بہت سعادت مند ہوتی ہے اور ماں باپ کی خدمت کرتی ہے۔

عشاء کا وقت اور جدید تحقیق

آدمی جب اپنے کاروبار سے فارغ ہو کر گھر آتا ہے تو وہ کھانا کھاتا ہے اور کھانا کھا کر آرام کرنے لئے لیٹ جاتا ہے جس کی وجہ سے مہلک امراض پیدا ہوتے ہیں۔ عشاء کی نماز پڑھنے سے یہ فائدہ ہوتا ہے کہ آدمی جسمانی امراض سے بچ جاتا ہے بلکہ سارے دن کی بے سکونی اور پریشانی کے بعد عشاء کی نماز میں سکون اور قرار محسوس کرتا ہے۔

اللہ اکبر! کیا شان ہے کہ بندہ ظاہری اور باطنی دونوں طرف سے فائدہ حاصل کرتا

ہے۔موجودہ جدید سائنسی تحقیق نے بھی اس بات کو تسلیم کیا ہے مگر افسوس لوگ پھر بھی نماز سے غافل ہیں وہ وقت کب آئے گا جب ہر مسلمان نماز پابندی کے ساتھ ادا کرے گا۔

وضو اور سائنسی تحقیق

﴿حدیث شریف﴾ حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ کی روایت ہے کہ سرکار اعظم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ "جب بندہ وضو کرتا ہے اپنا چہری دھوتا ہے تو پانی کے ساتھ یا پانی کے آخری قطرے کے ساتھ چہرے کے سارے گناہ نکل جاتے ہیں اور جب ہاتھوں کو دھوتا ہے تو ہاتھوں کے سارے گناہ نکل جاتے ہیں، جب پیروں کو دھوتا ہے تو پیروں سے کئے ہوئے سارے گناہ پانی کے ساتھ نکل جاتے ہیں یہاں تک کہ وہ گناہوں سے پاک صاف ہو کر وضو سے نکلتا ہے"۔

وضو اچھی صحت کا بہترین نسخہ

﴿القرآن﴾ ترجمہ کنز الایمان: "اے ایمان والو جب نماز کو کھڑے ہونا چاہو تو اپنا منہ دھوؤ اور کہنیوں تک ہاتھ دھوؤ اور سروں کا مسح کرو اور گھٹنوں تک پاؤں اور اگر تمہیں نہانے کی حاجت ہو تو خوب ستھرے ہو لو"۔ (سورۃ المائدہ پارہ ٦، آیت نمبر ٦)

قرآن کے بہت سے حیرت انگیز حقائق میں سے یہاں ایک عظیم نسخے کا بیان کیا جارہا ہے کہ ایک دن آئے گا جب غیر مسلم بھی اس طہارت یعنی وضو کی نقل کریں گے۔ جس کی برکات بغیر اس کا احساس کئے ہوئے ہم پچھلی چودہ صدیوں سے حاصل کر رہے ہیں۔

سائنس تو آج مانتی ہے مگر قرآن مجید نے ہمیں چودہ سو سال پہلے اس کا فائدہ بتا دیا ہے۔ آیئے اب دیکھیں کہ طہارت اور وضو سے کس طرح انسانی صحت کو فائدہ پہنچتا ہے۔

وضو کے تین اہم فوائد

﴿۱﴾ (خون کی شریانوں کے عمل پر وضو کے اثرات)

خون کی شریانوں کے عمل کا نظام دو بڑے حیاتیاتی اصولوں پر قائم ہے پہلا اصول

دل کا وہ کام ہے جس سے خون کو خلیاتی ریشوں بلکہ بالخصوص ایک ایک خلیہ تک پہنچانا ہے۔

دوسرا اصول جسم میں استعمال شدہ خون کو دل تک واپس پہنچانا ہے اگر ایک دفعہ یہ دو طرفہ دورانِ خون درہم برہم ہو جائے تو ڈائسٹا لک خون کا دباؤ بڑھ جاتا ہے۔ ڈائسٹا لک دل کی دھڑکن کا وہ عمل ہے جس سے دل کا پٹھا کھچاؤ کے بعد ڈھیلا پڑتا ہے جس کی وجہ سے شریانوں سے واپس آنے والے خون سے دوبارہ بھر جاتا ہے۔ خون کے اس دباؤ کے بڑھنے سے بڑھاپے کے عمل میں تیزی آجاتی ہے بلکہ موت کی آمد کی رفتار میں بھی اضافہ ہو جاتا ہے۔

اس دوطرفہ خون کا سب سے اہم پہلو کیا ہے؟:

اس سوال کا جواب بہت سالوں سے معلوم ہو چکا ہے۔ یہ ان رگوں یا شریانوں کا صحت مند عمل ہے جس سے خون کو دل سے وریدوں تک پہنچایا جاتا ہے اور پھر بال سے باریک بافتوں اور شریانوں سے خون کو دوبارہ دل تک پہنچایا جاتا ہے۔ خ ﷺ ن کی بافتیں ان لچکدار ٹیوبوں سے مماثلت رکھتی ہیں جو دل سے (شاخیں) نکل کر بدن میں پھیلتی ہیں اور جوں جوں انکا فاصلہ بڑھتا ہے اسی قدر انکی شاخیں پتلی ہوتی جاتی ہیں۔ اگر یہ باریک ٹیوبیں سخت ہو کر اپنی لچک کم کر دیں تو دل پر دباؤ بڑھ جاتا ہے اس کو علم صحت کی اصطلاح میں شریانوں کا سخت ہونا کہا جاتا ہے۔

ہماری زندگی کے مختلف پہلوں ان شریانوں کے سخت غیر لچکدار اور سکڑنے کا باعث ہوتے ہیں طب کے علم میں یہ مضمون جو تیز تر بڑھاپے اور فرسودگی کی بنیاد ہے ایک الگ اور تحقیق طلب شعبہ ہے۔ غیر مناسب غذا اور اعصابی ردعمل خون کی شریانوں اور باریک رگوں بے حد نقصان دہ طریقے سے اثر پذیر ہوتی ہے۔ اگر خون کی رگوں کے سخت ہونے کے عمل کا بغور مطالعہ کیا جائے تو کیا کوئی ایسا عملی طریقہ اختیار کیا جا سکتا ہے جس سے زوال یا انحطاط کو روکا یا کم کیا جا سکے۔

خون کی نالیوں کا سخت، غیر لچکدار یا سکڑنا کوئی اچانک عمل نہیں بلکہ یہ سلسلہ ایک لمبے

عرصے پر محیط ہوتا ہے۔اس سلسلے میں وہ نالیا جو دل سے دوری پر یعنی دماغ، پاؤں اور ہاتھوں میں ہوتی ہیں زیادہ اثر قبول کرتی ہیں۔غیر لچکدار اور سکڑنے کا عمل کم رفتار سے شروع ہوکر وقت کے ساتھ ساتھ تیزی سے بڑھتا جاتا ہے۔

لیکن ہماری روزمرہ زندگی میں ایک خاص چیز ہے کہ ایک طرح سے خون کی نالیوں کو متبادل طریقے سے پھیلنے اور سکڑنے کے عمل کے ذریعے ورزش مہیا کرتی ہے وہ خاص چیز ہے''پانی''۔پانی جو درجہ حرارت (ٹمپریچر کا اتار چڑھاؤ پیدا کرتا ہے) گرم پانی خون سے ان نالیوں کو جو دل سے فاصلہ پر ہوتے ہیں کھول کر یا چوڑا کر کے لچک اور طاقت مہیا کرتا ہے۔اسی طرح سرد پانی ان کو سکڑنے کے عمل سے گزارتا ہے اسی طرح ورزش کا یہ عمل ان غذائی چیزوں کو جونسوں میں خون کی سست گردش کی وجہ سے ہی ممکن ہوتا ہے ان سائنسی اور طبی حقائق کو جاننے کے بعد اب یہ ممکن ہو گیا ہے کہ آیت کریمہ میں دی گئی اس نصیحت کو بخوبی سمجھا جا سکتا ہے جس میں فرمایا گیا ہے کہ وضو میں ہاتھ، پاؤں اور منہ دھولیا جائے کیا یہ بجائے خود ایک قرآنی معجزہ نہیں ہے:۔بطور خاص کیا آیت کریمہ کے دوسرے حصے کے راز کو نہ سمجھنا ناممکن ہے؟۔جس میں فرمایا گیا ہے کہ''اللہ پوری کردے اپنی تم پر''۔

اللہ تعالیٰ نے ہمیں خون کی گردز کا بیش بہا انعام عطا کیا اُس کا ارشاد ہے کہ ہم وضو کا عمل کریں تا کہ اللہ تعالیٰ کی نعمت اس طرح ہو کہ دوران خون اس طرح متناسب طریقے سے قائم رہے کہ ہم مکمل طور پر صحت مند رر ہیں۔

محترم حضرات! وضو کی لاتعداد برکتوں میں سے یہ صرف ایک تحفہ ہے۔یہ ناممکن ہے کہ اس حقیقت کو نظر انداز کر دیا جائے کہ کس طرح وضو کا عمل جسمانی اور ذہنی ضعف اور فرسودگی کو کم رفتار بنا دیتا ہے جو دماغ میں خون کو نسوں کے سخت اور غیر لچکدار ہو کی بناء پر ہوتی ہے۔ وضو کی برکات سب سے زیادہ اس شخص کی صحت پر نظر آتی ہے جو ہمیشہ سے اس کا عادی رہا ہو۔ یہ فطری امر ہے کہ وضو کی برکات اور فیوض صرف طبی حقائق پر ہی ختم نہیں ہو جاتے ہمارا مقصد اس کتاب میں سائنسی تشریحات تک ہی محدود ہے جس سے یہ ثابت ہوتا ہے کہ

صرف منہ اور ہاتھ دھونے کے ساتھ ساتھ، صفائی کے ساتھ ساتھ، خون پر اثر، جلد پر اچھے اثرات سکون وتوانائی ملتی ہے۔ یہ سب ظاہری اور سائنسی تشریحات ہیں روحانی فوائد تو سینکڑوں تعداد میں اپنی جگہ ہیں۔

انسانی جلد کے متعلق حسی خصوصیات

پروفیسر ڈاکٹر ٹیجا ئٹ ٹیجا سین کے سامنے ان کے مخصوص شعبے علم تشریح الاعضاء کے متعلق کچھ قرآنی آیات اور احادیث پیش کی گئیں۔ انہوں نے کہا کہ جینیاتی افزائش کے متعلق ہو بہو یہی تفصیلات بدھ ازم کی کتابوں میں بھی ہیں۔

بعض مسلم حضرات نے ان سے ان کتابوں میں اس کی تفصیلات کو دیکھنے کا اشتیاق ظاہر کیا۔ ایک سال بعد پروفیسر ٹیجا سین کنگ عبدالعزیز یونیورسٹی میں بیرونی ممتحن کے طور پر تشریف لائے تو ان کے سابقہ وعدے کی طرف توجہ دلائی گئی تو انہوں نے معذرت کی اور کہا کہ انہوں نے بدھ ازم میں علم تشریح الاعضاء سے متعلق بات بغیر یقین کے کہی تھی اور جب انہوں نے بدھ ازم کی کتابوں میں چھان بین کی تو معلوم ہوا کہ اس موضوع پر بدھ ازم کی کتب میں کچھ نہیں ہے۔

پھر اس کے بعد پروفیسر موصوف سے مختلف موضوعات پر سوالات ہوئے اس میں ایک سوال جلدیات اور انسانی جلد کی حسی خصوصیات سے متعلق جدید سائنسی دریافتوں اور انکشافات سے متعلق تھا اس سے پوچھا گیا اگر جلد کو جلایا جائے یا جھلسایا جائے تو تکلیف ہوتی ہے۔ تو ان کا جواب تھا: "Yes,if the burn is Deep"

اور قرآن مجید میں چودہ سو سال پہلے اس بات کو بتا دیا گیا تھا کہ کافروں کو جہنم میں جو عذاب دیا جائے گا اس سے اس کی جلد تلف ہو جائے گی تو اللہ تعالیٰ ان کو نئی جلد عطا فرمائی گا تو وہ اس عذاب کو اپنے حواس کے ذریعے محسوس کریں گے یہ بات جلد کے عصبی نظام کی طرف اشارہ کرتی ہے اور اللہ تعالیٰ قرآن مجید میں ارشاد فرماتا ہے کہ:۔

﴿القرآن﴾ ترجمہ:۔ "جنہوں نے ہماری آیتوں کا انکار کیا عنقریب ہم ان کو آگ

میں داخل کریں گے جب کبھی ان کا کھالیں پک جائیں گی ہم ان کے سوا اور کھالیں انہیں بدل دیں گے کہ وہ عذاب کا مزہ لیں بے شک اللہ غالب حکمت والا ہے"

(سورۃ النساء آیت ۶۵، پارہ نمبر ۵)

جلد کی حس کے متعلق بہت پہلے علم ہو چکا تھا کیونکہ قرآن مجید میں بتایا گیا ہے کہا گر کوئی احکام خداوندی کے خلاف چلے تا تو سزا کو طور پرا کی جلد جلا دی جائے گی پھر اس کو اللہ تعالیٰ نئی جلد عطا کرے گا تا کہ اس کو دوبارہ تکلیف وعذاب سے گزارا جائے۔

اس سے معلوم ہوا کہ جلن کی درد کا ماخذ جلد پر ہے اس لئے ایک کے بعد دوسری جلد لگا دی جائے گی۔ کیونکہ جلد جلنے کی حساسیت کا مرکز ہے اور اگر جلد مکمل طور پر آگ سے جل کر ختم ہو جائے تو اس کی حساسیت ضائع ہو جائے گے اس لئے اللہ تعالیٰ قیامت کے دن کافروں کو یہ عذاب دے گا اور یکے بعد دیگر نئی جلد عطا کرتا رہے گا۔

طب جدید نے دریافت کیا ہے کہ وہ اعصاب جو درد کا ادراک رکھتے ہیں خواہ وہ درد چوٹ لگنے جلنے یا شدید گرمی کی وجہ سے ہو وہ اعصاب فقط جلد میں ہی پائے جاتے ہیں یعنی اگر جسم میں سوئی چبھوئی جائے تو درد صرف جلد پر ہوگا لیکن اگر سوئی جلد سے آگے گزار دی جائے تو بقیہ گوشت میں فی الواقع درد نہیں ہوگا یہ بات تو دور جدیدے کی تحقیق ہے لیکن قرآن مجید اس کو چودہ سو سال قبل بیان کر چکا ہے جیسا کہ مذکورہ آیت میں درج ہے اس لئے مزید تکلیف پہنچانے کے لئے جلد کو ہی بار بار تبدیل کیا جائے گا۔ پھر انہوں نے سوال کیا:۔

"But who is Allah"

ان کو بتایا گیا کہ اللہ تعالیٰ تمام موجودات کا خالق ہے اگر آپ رحم کے متلاشی ہیں تو رحم آپ کو اس رحمٰن اور رحیم جل جلالہٗ کی ذات سے ہی مل سکتا ہے جس نے اپنے محبوب (ﷺ) کو علم عطا کیا وہ ذات کتنی اعلیٰ ہے۔ پھر پروفیسر اپنے ملک واپس چلے گئے اور انہوں نے وہاں اپنے نئے حاصل کردہ علوم اور انکشافات پر مبنی لیکچر دیئے پھر ایک موقع ایسا آیا کہ پروفیسر صاحب کو موضوع " Medical Science in the Quran

and Sunnah" تھا۔ پروفیسر تیجا سین نے ایک کانفرنس کے موقع پر قبول اسلام کا اعلان کیا۔

ارشاد باری تعالیٰ ہوتا ہے کہ:۔ کنزالایمان: "اور جنہیں علم ملا وہ جانتے ہیں کہ جو کچھ تمہاری طرف تمہارے رب کے پاس سے اترا وہی حق ہے اور عزت والے خوب سراہے کی راہ بتاتا ہے"۔ (پارہ ۲۲، آیت نمبر ۶ سورۂ سبا)

یہ وہ حقانیت ہے جسے سائنس نے بھی تسلیم کیا۔

وضو کا بچا ہوا پانی اور سائنسی ریسرچ

(حدیث شریف میں ہے کہ وضو کا بچا ہوا پانی پینا شفاء ہے)

اس ضمن میں (Q.M.C) کے ڈاکٹر فاروق احمد نے اپنی ریسرچ بیان کی جو وضو کا بچا ہوا پانی پیئے گا تو اس کا اثر مندرجہ ذیل اعضاء پر پڑتا ہے۔

۱۔ اس کا اثر مثانے پر پڑتا ہے اور خوب کھل کر پیشاب آتا ہے اور پیشاب کی روکاوٹ کم ہو جاتی ہے۔

۲۔ ناجائز شہوت کو ختم کرتا ہے

۳۔ قطرات بعداز پیشاب کے مرض کے لئے شفاء کا ذریعہ ہے۔

۴۔ جگر، معدہ اور مثانے کی گرمی اور خشکی کو دور کرتا ہے۔



باب ششم

سنّتوں کے ذریعے علاج



ٹیک لگا کر کھانے کے نقصانات اور سائنسی تحقیق

ٹیک لگا کر کھانا کھانا خلافِ سنت ہے۔ اگر ٹیک لگا کر کھانا کھایا جائے تو اس کے تین نقصانات ہیں۔

ا۔ کھانا صحیح طور پر چبایا نہیں جائے گا اور اس میں لعاب جس مقدار میں ملنا تھا اور پھر معدے میں جا کر نشاستے دار غذا کو ہضم کرتا تھا وہ نہیں مل سکے گا جس سے نظام انہضام متاثر ہوگا۔

۲۔ ٹیک لگا کر بیٹھنے سے معدہ پھیل جاتا ہے جس سے غیر ضروری خوراک معدے میں چلی جائے گی اور نظام انہضام متاثر ہوگا۔

زیادہ کھانے کے نقصانات اور جدید سائنسی تحقیق

سرکارِ اعظم (ﷺ) نے اپنی حیات ظاہری میں کبھی پیٹ بھر کر کھانا نہیں کھایا۔

﴿سائنسی تحقیق﴾ جدید سائنس اس وقت بار بار اس بات پر زور دے رہی کہ کم کھائیں زیادہ دیر زندہ رہے گے اور بار بار لوگوں کو اس کے فوائد بتائے جاتے ہیں زیادہ کھانے سے جو بیماریاں پیدا ہوتی ہیں اس کو پروفیسر رچرڈ (ڈیوز بری انگلینڈ) نے ترتیب دیا ہے۔

(۱) دماغی امراض (۲) آنکھوں کے امراض (۳) زبان اور گلے کے امراض (۴) سینے اور پھیپھڑوں کے امراض (۵) دل اور والوز کے امراض (۶) جگر اور پتے کے امراض (۷) شوگر (۸) ہائی بلڈ پریشر (۹) دماغی شریان کا پھٹنا (۱۰) فالج اور لقوہ (۱۱) نفسیاتی امراض (۱۲) ڈپریشن (۱۳) نچلے جسم کا سن ہونا۔

میرے مولا (ﷺ) کا ہر عمل غلاموں کی تعلیم کے لئے ہے۔ لہٰذا یوں سمجھ لیجئے کہ میرے سرکارِ اعظم (ﷺ) چودہ سو سال قبل ان بیماریوں کو بھانپ چکے تھے۔

کھانے کے بعد پانی پینے کے نقصانات اور سائنسی تحقیق

سرکارِ اعظم (ﷺ) کھانے کے فوراً بعد سوائے شدید ضرورت پانی نہ پیتے بلکہ کچھ دیر بعد نوش فرماتے۔ (احیاالعلوم، شمائل الرسول)

جدید سائنسی تحقیق

مشہور ہندو سائنسدان ڈاکٹر کرنل چوپڑا اپنی کتاب میں ایک واقعہ لکھتا ہے کہ "میں نے مسلسل تحقیقات کے بعد جب اپنی تحقیق کو عام کیا کہ کھانے کے بعد پانی پینا معدے کے عضلات کو ڈھیلا کر دیا تا ہے۔ معدے کے اندرونی جھلی کے ورم کا باعث بنتا ہے معدی میں الکلی کی کمی باعث بنتا ہے اور بعض اوقات یہی پانی معدے کے امراض کی وجہ سے دل کے امراض کا باعث بنتا ہے۔ تو اسی اثناء میں مجھے ایک مسلمان پروفیسر ملے فرمانے لگے آپ کی تحقیق کی بڑی دھوم ہے لیکن یہ تحقیق کوئی نئی نہیں بلکہ یہ تو صدیوں پہلے ہمارے رہبرِ اعظم سرکارِ اعظم (ﷺ) نے بیان کر دی۔ اسکی بات سنتے ہوئے میں نے اسکی تصدیق چاہی تو پروفیسر نے احادیثِ مبارکہ کی کتب میں مجھے یہ بات دکھادی۔

داڑھی مُنڈوانے کے نقصانات اور جدید انکشافات

شیو سے جتنا زیادہ جلد کو نقصان پہنچتا ہے شاید جسم کے کسی حصے کو پہنچتا ہو دراصل شیو کا نشتر جلد کو مسلسل رگڑتا رہتا ہے اور ہر آدمی کو خواہش ہوتی ہے کہ چہرے پر ایک بال نہ ہو کہ چہرے کہ حسن ونکھار میں کمی وقع نہ ہو اب بار بار ایک تیز استرے یا بلیڈ سے جلد کو چھیلا جاتا ہے جس سے چہرے کی جلد حساس ہو جاتی ہے اور طرح طرح کے امراض کو قبول اور حصول کی صلاحیت پیدا کر لیتی ہے۔

کند استرا یا بلیڈ چہرے پر پھیرنے میں زیادہ طاقت استعمال کرنی پڑتی ہے جس سے جلد مجروح ہو جاتی ہے یہ زخم آنکھوں سے نظر نہیں آتے لیکن ان کی جلن کا احساس ہوتا رہتا ہے جس جلد پر کوئی خراش آجائے تو جراثیم کو داخلے کا ذریعہ مل جاتا ہے اسطرح داڑھی

مونڈھنے والا طرح طرح کے امراض میں مبتلا ہوجاتا ہے۔

چہرے پر پہلے معمولی پھنسیاں نکل سکتی ہیں پھر (Impeige) کے علاوہ ایک خصوصی جلدی سوزش جسے ''حجام'' کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے یعنی (Brabac Sycosis) جیسی خطرناک جلدی بیماریاں لگ سکتی ہیں۔

اس کے علاوہ بعض ایسی خطرناک چھوٹی بیماریاں چہرے پر اوراس کے ذریعے پورے جسم کو اپنی لپیٹ میں لے سکتی ہیں وہ بیماریاں مدرجہ ذیل ہیں۔

(۱) چہرے پر مسوں کا نکل آنا، (۲) چہرے کی جلد کا خشک ہوجانا، (۳) کیل اور جھائیاں کا ہوجانا، (۴) ناک پر دانے کیل اور مہاسے کا نکل آنا، (۵) عام پھوڑے پھنسیوں کا ہوجانا، (۶) ایگزیما ہونا، (۷) پتی اچھلنا، الرجی وغیرہ وغیرہ۔

یہ سب نقصانات دنیاوی ہیں اللہ تعالیٰ ہم سب کو معاف فرمائے کہ قیامت کی دن اسکا کیا عذاب ہوگا کیونکہ داڑھی مُنڈوانا یہودیوں کی سی صورت بنانے کے مترادف ہے اگر کل قیامت کے دن ہم سے سرکارِ اعظم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے منہ پھیر لیا تو ہمارا کیا ہوگا؟۔

غصے کی تباہی اور جدید سائنسی تحقیق

غصہ وہ بیماری ہے کہ بنے بنائے کام کو بگاڑ دیتا ہے اسلام نے اس کو حرام قرار دیا ہے کیونکہ جب انسان اس میں مبتلاء ہوتا ہے تو نادانی سے کام لیتا ہوئے نقصانات سے دوچار ہوتا ہے۔

﴿حدیث شریف﴾ سرکارِ اعظم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے فرمایا کہ طاقتور وہ نہیں جو پہلوان ہو اور دوسرے کو پچھاڑ دے بلکہ طاقتور وہ ہے کہ غصے کے وقت اپنے آپ کو قابو میں رکھے۔

(بخاری، مسلم شریف)

غصے کے نقصانات کے بارے میں سائنسی تحقیق کیا کہتی ہے؟

جدید سائنسی انکشافات

ڈیوکیو نیورسٹی امریکہ کے ایک سائنسدان ڈاکٹر ریڈفورڈ بی لیمز کے مطابق غصے اور

عداوت رکھنے والے افراد جلدی مرجاتے ہیں ان کے مطابق اس سے انسانی دل کو وہی نقصان پہنچتا ہے جو تمبا کو اور ہائی بلڈ پریشر سے پہنچتا ہے امریکن ہارٹ ایسوسی ایشن کی جانب سے سائنسی ادیبوں کے سیمینار میں تقریرے کرتے ہوئے انہوں نے بتایا کہ بہت سے لوگ وقت سے پہلے محض نفرت اور عداوت کے جذبات کی شدت کی وجہ سے چل بستے ہیں غصہ اور بغض دل کے دردوں کے اہم اسباب میں سے ایک ہے اسی طرح حرص وطمع میں مبتلا بے چین اور بے صبر افراد بھی حد سے زیادہ بڑھتی ہوئی تمناؤں کے ہاتھوں اپنی زندگی کا خاتمہ کر لیتے ہیں۔ اس کے برخلاف جو لوگ اپنے اعصاب کو قابو میں رکھتے ہیں اور ان کے مزاج میں برداشت، قناعت اور صبر وشکر کا مادہ ہوتا ہے زندگی کے حالات کا مقابلہ بہتر طور پر کرتے ہیں غصہ دراصل حواس اور اعصاب کر ترجمان ہے اور اس بات کو ظاہر کرتا ہے کہ اس آدمی میں قوتِ برداشت کم اور قوتِ فیصلہ عجلت ہے حتیٰ کہ یہ آدمی نادم اور پشیمانی سے ہر وقت دوچار رہتا ہے۔ محترم حضرات! آج ہم فضول میں بات بات پر غصہ کرتے ہیں اگر کسی شخص سوے ہم بات کریں اور وہ اس کو نہ سمجھ سکے یعنی دوبارہ پوچھے تو بھی ہم غصہ کرتے ہیں حالانکہ حصہ حرام ہے اس کو پی جانے کا حکم ہے ہمیں یہ ہمارے سرکار اعظم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے سکھایا آج سائنس نے بھی اس کے آگے گھٹنے ٹیک دیئے۔

جھوٹ کے نقصانات اور سائنسی انکشافات

جھوٹ وہ بیماری ہے جس میں ہر شخص مبتال ہے بات بات میں جھوٹ بولنا ہماری عادت بن چکی ہے مگر اسلام اسکی بالکل اجازت نہیں دیتا۔

﴿حدیث شریف﴾ حضرت عبد اللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ سرکار اعظم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے ارشاد فرمایا کہ سچ نیکی کی طرف رہنمائی کرتا ہے اور نیکی جنت کی طرف لے جاتی ہے اور آدمی سچ بولتے بولتے اللہ تعالیٰ کے ہاں صدیق لکھ دیا جاتا ہے اور جھوٹ برائی کی طرف لے جاتا ہے اور برائی جہنم کی طرف لے جاتی ہے اور آدمی جھوٹ بولتا رہتا ہے یہاں تک کہ اللہ تعالیٰ کے ہاں (جھوٹا) لکھ دیا جاتا ہے۔ (مسلم شریف)

﴿حدیث شریف﴾ حضرت ابن عمر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ سرکارِ اعظم (ﷺ) نے ارشاد فرمایا کہ جب کوئی بندہ جھوٹ بولے تو فرشتہ اس بات کی بدبو کی وجہ سے ایک میل دور چلا جاتا ہے۔ (ترمذی شریف)

جدید سائنسی انکشافات

سچ بولنے سے انسان کی جسمانی اور دماغی صحت بہتر ہوتی ہے اس امر کا انکشاف برطانیہ سے ڈرتھ تھراپی کے عنوان سے شائع ہونے والی ایک خصوصی رپورٹ میں کیا گیا ہے جھوٹ بولنا انسان کی صحت کو متاثر کرتا ہے خاص طور پر جھوٹ بولنے والی خواتین بے خوابی کا شکار ہو جاتی ہیں اور یہی کیفیت اگر بڑھ جائے تو السر کا باعث بھی بن جاتا ہے ''ٹروتھراپی'' کے ایک ماہر بریڈ لینڈ کے مطابق حقائق کو کھولنے والے کڑوے سچ بولنے سے جسمانی اور دماغی صحت بہتر ہوتی ہے اور جھوٹ بولنے والی خواتین حقائق چھپا چھپا کر مختلف نفسیاتی دباؤں کا شکار ہو جاتی ہیں۔

جھوٹ بولنے والی خواتین کو اکثر اپنا جھوٹ ثابت کرنے کے لئے نظریں گاڑھ کر بار کرنے کی عادت ہو جاتی ہے ماہرین کے مطابق جھوٹ بولنے سے عورت کی جسمانی ساخت کے علاوہ خوبصورتی پر بھی برے اثرات مرتب ہوتے ہیں رپورٹ کے مطابق دنیا میں فرانس، برطانیہ اور جرمنی کی خواتین سب سے جھوٹی خواتین ہیں جبکہ امریکہ کی خواتین جھوٹ اور سچ مکس کر کے بولتی ہیں۔

محترم حضرات! آج جھوٹ بولنا فیشن بن چکا ہے جھوٹ بول کر اگر کسی سے جان چھڑالی جائے تو ہم دل میں خوش ہوتے ہیں کہ آج ہم نے فلاں مسلمان کو کیسا بیوقوف بنایا ہے اس کے علاوہ جھوٹ بول کر ہم سامنے والے کو ڈراتے ہیں اس کے بعد کہتے ہیں میں تو مذاق کر رہا تھا حالانکہ مذاق میں جھوٹ زیادہ سخت ہے سرکارِ اعظم (ﷺ) نے مذاق میں جھوٹ بولنے والوں کے لئے تین مرتبہ ہلاکت فرمائی ہے بیماری بھی ہے جسے سائنسی تحقیق نے بھی تسلیم کیا۔

شریعت کی مخالفت کے نقصانات

عورتوں کے باریک لباس کے نقصانات اور جدید سائنس

﴿حدیث شریف﴾ حضرت ابو ہرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ سرکار اعظم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے ارشاد فرمایا کہ جہنمیوں کے دو گروہوں کو میں نے دیکھا (یعنی میرے بعد ظاہر ہوگے) کچھ لوگ ایسے ہوں گے جو بیلوں کی دموں کی طرح کوڑے لئے پھرتے ہوں گے جن سے وہ لوگوں کو ظلماً ماریں گے، ایسی عورتیں ہوگی جو کپڑے پہنے ہوئے بھی ننگی ہوں گی غیر مرد کو اپنی طرف مایل کرنے والی ہوگی۔ اس کی طرف مایل ہونے والی ہوں گی اور ان کے سر ایسے پھولے ہوئے ہوں گے جیسے بڑے بڑے اونٹوں کے جھکے ہوئے کوہان ہوتے ہیں یہ عورتیں جنت میں داخل نہ ہوں گی اور جنت کو خوشبو بھی نہ سونگھیں گی حالانکہ جنت کی خوشبو اتنی اتنی مسافت سے محسوس کی جاتی ہے۔ (مسلم شریف)

جدید سائنسی انکشافات

ڈاکٹر بیٹر کی وارننگ:۔ مذکری ڈاکٹر روحانیت کا بڑا محقق ہے لیڈ بیٹر کے مطابق جس لباس سے نسوانی جسم کی جھلک نظر آئے اس جسم سے میں نے غلیظ اور نسواری لہروں کو نکلتے ہوئے دیکھا ہے۔

الیکٹرولائٹ ریز کے نقصانات

سورج میں موجود الیکٹرولائٹ ریز سخت گرمی میں جلد اور جسم کے لئے نقصان دہ ہوتی ہے اگر لباس موٹا ہو تو یہ شعائیں لباس سے باہر رک جاتی ہیں اور اگر لباس باریک ہو تو یہ شعائیں جلد کو بہت زیادہ نقصان پہنچاتی ہیں۔

درسِ اصلاح

محترم حضرات! افسوس کے ساتھ یہ بات کہی جارہی ہے کہ آج کل عورتیں باریک لباس پہننے میں فخر محسوس کرتی ہیں بلکہ باریک لباس پہن کر باریک سا دوپٹہ گلے میں ڈال کر

گلیوں اور بازاروں میں بے پردہ گھومتی ہیں جس سے مرد ان کی طرف مائل ہوتے ہیں انہی عورتوں کے بارے میں حدیث مبارکہ میں فرمایا گیا کہ "کپڑے پہنے ہوئے ننگی عورتیں" کیونکہ باریک لباس میں جسم چھلکتا ہے یہ ہمارے مردوں کا کام ہے کہ وہ عورتوں کو ان کاموں سے روکیں "عورت کی بے پردگی مرد کی بے غیرتی کی علامت ہے" باریک لباس اسلامی اور سائنس دونوں اعتبار سے نقصان دہ ہے۔

تنگ لباس کے نقصانات اور وبال، سائنسی تحقیق

﴿تنگ لباس اور فزیالوجی﴾ تنگ لباس سے لوکل مسلز مردہ اور کمزور ہو جاتے ہیں کیونکہ باہر کے مسلز میں جیسے حرکت ہوتی ہے ایسی ہی اندرونی باریک مسلز ہوتے ہیں اور ان میں بھی حرکت ہوتی ہے جیسا کہ سوئی اگر جلد کے اندر چلی جائے تو ان باریک مسلز کی حرکت کی وجہ سے کہاں سے کہاں چلی جاتی ہے۔

درس اصلاح

تنگ لباس آج کل فیشن بن چکا ہے تنگ لباس پہننے سے جسم کا ابھار نظر آتا ہے اور لوگوں کی نگاہیں اس طرف مائل ہوتی ہیں تنگ لباس والی عورتوں کو دیکھ کر مرد کو شرم آجاتی ہے مگر عورتیں تنگ لباس پہن کر فخر محسوس کرتی ہیں حالانکہ اس سے بے پردگی بھی ہوتی ہے اور اس کے سنگین جسمانی نقصان ہیں بے پردگی سے اس جسم کی ابھرے ہوئے حصے ظاہر ہوتے ہیں، جو سخت گناہ ہے مگر عورتیں اس بات کو نہیں سمجھتی ہیں اللہ کرے کہ یہ بات ان کی سمجھ میں آجائے اور ہماری ماؤں، بہنوں کو شرم وحیاء کی چادر نصیب ہو کیونکہ حیا، ایمان کی شاخ ہے۔

شراب کے نقصانات اور جدید سائنسی تحقیق

﴿حدیث شریف﴾ حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ سرکار اعظم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) نے ارشاد فرمایا ہے کہ جب میری امت پانچ کام کرنے لگے تو ان پر ہلاکت ہے۔

۱۔ جب آپس میں ایک دوسرے پر ملامت کرنے لگیں۔

۲۔ جب مرد ریشم کے کپڑے پہننے لگیں۔

۳۔ جب لوگ گانے والی عورتوں کو رکھ لیں گے۔

۴۔ جب مرد مردوں اور عورت عورتوں سے کام چلانے لگیں۔

۵۔ جب شراب پینے لگیں۔ (بیہقی شریف)

﴿حدیث شریف﴾ حضرت ابو مالک اشعری رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ سرکارِ اعظم (ﷺ) نے ارشاد فرماتا کہ میری امت میں سے کچھ لوگ شراپئیں گے (اور) اسکا دوسرا نام رکھ لیں گے۔ ان کے سروں پر گانا بجانے کے آلات استعمال کئے جائیں گے اور گانے والی عورتیں ہونگی اللہ تعالیٰ انہیں زمین میں دھنسا دیگا اور ان میں سے بندر اور خنزیر بنا دیگا۔ (ابن ماجہ شریف)

شراب کا اعصابی نظام پر اثر اور جدید سائنسی انکشافات

شراب عصبی خلیوں کی اس باریک جھلی میں داخل ہو جاتی ہے جو نامیاتی چربی جیسے مرکب یعنی لائیڈ کی حفاظت میں ہوتی ہے اس طرح اس نظام کے برقی رابطے میں خلل اندازی کرتی ہے یہ خراب اثر دو مختلف ذریعوں سے ظاہر ہوتا ہے اس کا پہلے پہل اثر نشے کے اچانک حملے کی صورت میں ہوتا ہے۔

لیکن اس کا دیر تک رہنا خطرناک ہوتا ہے شراب اعصابی نظام کو روز بروز نقصان پہنچاتی ہے جس سے کئی اقسام کی بیماریاں لگنا شروع ہو جاتی ہیں مزید برآں اگرچہ اثرات شروع شروع میں شراب کی خرابی غیر معمولی یا غیر واضح بھی ہو تب بھی اس کے دیرپا خراب اثرات شروع ہی سے مرتب ہوتے رہتے ہیں۔ چنانچہ کچھ لوگوں کے یہ دعوے کہ ہمیں شراب کا نشہ نہیں چڑھتا، ہم پر شراب کا اثر نہیں ہوتا محض طفل تسلی اور خود فریبی ہے۔

شراب کے برے اثرات جوانی اور بطور خاص بچپن میں بے حد زیادہ ہوتے ہیں عام طور پر معمولی بیماریاں، جیسے ہڈیوں کی کیکپی، ہائینورائس اور کورا ساف کے مجموعی علامات شراب کی کارستانیوں کی وجہ سے ہوتی ہے اس کا برا اثر اعصابی نظام کے مراکز پر ناقابل علاج حد

تک ہوتا ہے الفاظ کا بھولنا اور ہاتھوں کا رعشہ اس اصابہ نقصان کی نشانیاں ہوتی ہیں۔

شراب جس میں چربی پگھلانے کی صلاحیت ہوتی ہے تخلیقی خلیوں میں داخل ہو کر بے حد نقصان پہنچاتی ہے اس کی عام فہم مثالوں میں نئی نسل کی ذہانت میں کمی اور ناقص بالیدگی شامل ہیں بہت سے مطالعات اور سروے یہ حقیقت ظاہر کرتے جا رہے ہیں کہ ذہنی طور پر غبی بچوں کے والدین اکثر و بیشتر شدید قسم کی شراب نوشی کرتے ہیں۔ یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ شراب عورت کے تخم اور بیضہ جات کے خلیے کو بہت آسانی سے نقصان پہنچاتی ہے۔ اس کا نتیجہ یہ ہے کہ شرابی ماؤں کے بچے موروثی طور پر دماغی یا قلبی صدمہ یا جھٹکے کا شکار ہوتے ہیں۔

بیوٹی رپورٹ کے انکشافات

﴿لپ اسٹک کا نقصان﴾ زیادہ گرم اور زیادہ ٹھنڈی اشیاء کھانے پینے سے ہونٹوں کا قدرتی حسن ختم ہو جاتا ہے اور اگر خواتین فوری علاج نہ کریں تو ہونٹوں کا قدرتی رنگ ہمیشہ کے لئے ختم ہو جاتا ہے اس امر کا انکشاف غیر ملکی جریدے کی رپورٹ میں کیا گیا ہے۔ رپورٹ کے مطابق نوعمری سے خواتین زیادہ گرم اور زیادہ ٹھنڈی اشیاء کھانے پینے کی شوقین ہوتی ہیں جس سے ہونٹ متاثر ہوتے ہیں۔ بعض اوقات ہونٹ کے ٹشو مستقل طور پر مر جاتے ہیں ماہرین کے مطابق لب اسٹک بھی ہونٹوں کو قدرتی حسن سے محروم کر دیتی ہے بالخصوص ماحولیاتی آلودگی کی تہہ جم جانے سے ہونٹوں پر بے شمار ایسے وائرس جنم لیتے ہیں جو نہ صرف ہونٹوں کی صحت خراب کرتے ہیں بلکہ دانتوں اور بعض اوقات منہ کے سارے نظام کو بگاڑ دیتے ہیں۔ علاج نہ کروانے سے سرطان کا مرض بھی لگتا ہے ماہرین کا کہنا ہے کہ خواتین کو لپ اسٹک لگانے کے چھ گھنٹے تک ہونٹوں کو کھانے پینے اور آلودگی سے بچانا چاہئے ورنہ ہونٹوں پر فنگس ہونے کے خدشات بڑھ جاتے ہیں لہٰذا خواتین کے لئے لپ اسٹک نقصان دہ ہے۔

میک اپ کے نقصانات اور سائنسی انکشافات

﴿ڈیل کارنیگی کے انکشافات﴾ میری زندگی فطرت کے مسلسل مطالعے میں گذری

ہے اس بات کو غور سے دیکھا کہ ہم فطرت کے قریب رہتے ہوئے فطرت سے دور تو نہیں جا رہے ہیں۔فیشن اور رواج کی دنیا نے ہمیں صرف دھوکا اور فریب دیا ہے میک اپ حسن نسواں کیلئے تھا لیکن جتنا نقصان اس نے حسن نسواں کو دیا ہے شاید ہی کسی چیز نے دیا ہو جنگوں نے ماحول اور حالات بدلے، بارود نے تباہ کاریوں کی انتہا کر دی لیکن میں سمجھتا ہوں کہ ان کا نقصان کم ہے جتنا نقصان مین اپ سے ہوا ہے وہ زیادہ ہے۔

محترم حضرات! آجکل ہماری مائیں بہنیں میک اسقدر استعمال کرتی ہیں یوں لگتا ہے پوری شیشیاں خالی کر دی ہیں اور اصلی چہرہ تو بالکل غائب ہو جاتا ہے صرف میک اپ ہی نظر آتا ہے سائنسی تحقیق سے آپ نے اندازہ لگا لیا کہ یہ کتنا نقصان دہ ہے پھر اس کے بعد بے پردگی کے ساتھ شادیوں اور بازاروں میں گھوما جاتا ہے غیر مرد کی نظر پڑتی ہے کیا ہماری غیرت گوارہ کرتی ہے۔

کیا آپ نے کبھی غور کیا کہ میک اپ کے سامان میں کتنا خطرناک کیمیکل استعمال ہوتا ہے اس سے کیا کیا نقصانات ہو رہے ہیں چند نقصانات درج ذیل ہیں۔

(۱) چہرے کے مہاسے (۲) چہرے پر سیاہ دانے (۳) لیس دار تھیلی نما مہاسے (۴) کیل اور چھائیاں (۵) ناک پر دانوں کا بگاڑ (۶) عام پھوڑے پھنسیاں (۷) پھپھوند سے پیدا ہونے والے امراض اور یہ وہ امراض ہیں جو جدید سائنس نے دریافت کئے ہیں۔

کھیلوں کے نقصانات اور تحقیق

اسلام قید کا مذہب نہیں ہے اور نہ ہی سختی کا مذہب ہے بلکہ اسلام پابندی کا مذہب ہے۔ امت جب بھی ان پابندیوں کو اپنے اوپر لاگو کر کے زندگی گزارے گی وہ خوشحال اور کامران اور ترقی کی منازل طے کرتی چلی جائے گی۔لیکن آج ہم نے صحت وتندرستی، تفریح کو حاصل کرنے کے لئے جس انداز کی کوشش اور کھیلوں کا انتخاب کیا ہے اس قسم کے کھیلوں میں پڑے رہنا یہ بھی منع ہے۔ چنانچہ قرآن مجید میں ارشاد ہوتا ہے جسکا ترجمہ کچھ یوں ہے۔

وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَّشْتَرِيْ لَهْوَ الْحَدِيْثِ لِيُضِلَّ عَنْ سَبِيْلِ اللّٰهِ بِغَيْرِ عِلْمٍ ۖ وَّيَتَّخِذَهَا

هُزُوًا ؕ اُولٰٓئِكَ لَهُمْ عَذَابٌ مُّهِيْنٌ ۞

ترجمہ کنزالایمان: ''اور کچھ لوگ کھیل کی باتیں خریدتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ کی راہ سے بہکا دیں بے سمجھے اور سے ہنسی بنالیں اوران کیلئے ذلت کا عذاب ہے''۔(سورۂ لقمان آیت نمبر ۶)

تفسیر خزائن العرفان میں اس آیت کے تحت ہے ''لھو'' ہر اس باطل کو کہتے ہیں جو آدمی کو نیکی اور کام کی بات سے غفلت میں ڈالے۔ان میں تمام کھیلوں سے بچنے کا حکم ہے جن میں خصوصا فٹ بال، اسنوکر اور کیرم بورڈ شامل ہیں جو کہ سخت حرام ہیں۔

﴿ڈاکٹر ایڈمن کی وارننگ﴾ میرے خیال میں کتنی عریانی اور فحاشی جیم خانوں اور کلبوں نے پھیلائی موجودہ کھیلوں کے نظام نے اتنی فحاشی نہ پھیلائی حتیٰ کی بعض لا علاج امراض سے پھیلنے والی تمام بیماریوں کا قلع قمع کیا جائے تو اسکا واحد حلک ایسے کھیلوں کو اختیار کیا جائے جو یا تو اندورنِ خانہ ہو یا پھر ان کھیلوں میں کھلاڑیوں کے بدن ڈھکے ہوئے ہوں۔

﴿حدیث شریف﴾ حضرت علی رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ سرکارِ اعظم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کا ارشاد ہے کہ'' اے علی رضی اللہ عنہ! اپنی ران دوسروں کے سامنے ظاہر نہ کرو اور کسی زندہ یا مردہ کی ران کی طرف نہ دیکھو''۔(مشکوٰۃ شریف)

جدید تحقیق

آج کل ہمارے یہاں جو کھیل ہیں مثلاً فٹبال، ہاکی ٹیبل ٹینس اور کشتی وغیرہ کھیلوں میں ناف سے لے کر گھٹنے تک کا حصہ نظر آتا ہے کوکسی صورت حلال نہیں ہے۔مرد تو مرد ہیں آج کل عورتوں نے بھی ان کھیلوں میں حصہ لینا شروع کر دیا ہے۔ یہ لوگ اس کھیل میں حصہ لے کر گنہگار ہوتے ہیں اور عوام ان کھیلوں کو دیکھ کر گنہگار ہوتی ہے۔کیونکہ گھٹنے سترِ عورت (یعنی شرمگاہ، جس کا چھپانا فرض ہے) کے زمرے میں آتے ہیں ستر کھلا دیکھنا حرام ہے اس لئے عوام بھی حرام کی مرتکب ہوتی ہے۔

اسی طرح ویڈیو گیم اور کیرم بورڈ بھی حرام ہے۔کراچی کے دارالعلوم امجدیہ نے حال ہی میں ویڈیو گیم، اسنوکر، فٹبال اور کیرم بورڈ کھیلنے اور دیکھنے پر حرام کا فتویٰ دیا ہے۔

جوحضرات اپنی دکانوں پر یہ سلسلے کرتے ہیں انکی بھی کمائی حرام ہے۔اس لئے جتنے لوگ یہ گناہ کرتے ہیں آپ ان سب کا سبب ہیں لہٰذا آپ بھی گنہگار ہونگے اور کوشش کریں کہ اس کاروبار کو بند کردیا جائے۔

ویڈیو گیم اس لئے منع ہے کہ اس میں تصویریں ہوتی ہیں۔تاش پتے بھی کھیلنا منع ہے اس میں بھی تصویریں ہوتی ہیں۔جوئے کو علاوہ ٹائم پاس کرنے کے لئے کھیلنا بھی گناہ ہے والدین کو چاہیے کہ وہ اپنی اولاد کو ان کھیلوں سے روکیں اولاد کو ان کاموں سے روکنا والدین کی ذمہ داری ہے کیونکہ اس کا بہت بُرا اثر بچوں پر پڑتا ہے ساتھ ہی ان کی آنکھیں بھی چھوٹی سی عمر میں خراب ہوجاتی ہیں۔

کفار ومشرکین اس قدر چالاک اور مکار ہیں کہ انہوں نے مسلمانوں کو ان کاموں میں لگا دیا ہے۔امریکہ اتنا بڑا ملک ہے مگر اسکی کوئی کرکٹ ٹیم نہیں۔ان بدمذہبوں نے مسلمانوں کو ان کاموں میں الجھا کر عبادت واطاعت سے دور کردیا ہے مگر بڑے افسوس کی بات ہے کہ مسلمانوں کو نا جانے کب عقل آئیگی؟۔

ہم اللہ ربّ العزت کی بارگاہ میں باعثِ موجوداتِ کائنات ﷺ کو وسیلہ بنا کر دعا کرتے ہیں یاربّ العالمین بطفیل رحمۃ للعالمین ہمیں عقلِ سلیم عطا فرما اور ہمیں شریعت کا پابند بنا، اور سنتوں کا عامل بنا۔اور فضول وبیہودہ کاموں سے بچنے کی توفیق عطا فرما۔

آمین بجاہ النبیّ الامین

الحمد للہ رب العلمین روزانہ پچاس ہزار سے زائد لوگوں میں عزت و تکریم کے ساتھ کھانے اور دیگر ضروریات فراہم کرنے والا منفرد ادارہ

شعبہ جات

- 40 ہزار افراد میں 30 سینٹروں اور ہزار ہا سے زائد گھرانوں میں کھانے کی فراہمی
- سرکاری ہسپتالوں میں علاج معالجہ، ٹیسٹ اور آپریشن کی سہولت
- 100 سے زائد تعلیمی اداروں میں دینی اور دنیاوی تعلیم کی فراہمی
- 1000 سے زائد گھرانوں میں ماہانہ کفالت کی فراہمی (یتیم، بیوہ، معذور، لاچار اور دیگر)
- یتیم اور مستحق بچیوں کی شادی میں جہیز کی معاونت
- اجناس اور راشن کی فراہمی
- ضرورت مند گھرانوں میں پیڈسٹل فین، واٹر کولر اور دیگر ضروریات کا سامان
- لاچار، نادار لوگوں میں گیس اور بجلی کے بل کی ادائیگی
- نادار گھرانوں میں ماہانہ کرائے اور گھروں کے ایڈوانس میں معاونت
- نادار اور پسماندہ گھرانوں کے ٹوٹے ہوئے شکستہ مکانات کی مرمت
- نئی آبادیوں میں مکمل مکانات کی تعمیرات
- نوکریوں اور چھوٹے روزگار کی فراہمی
- پڑھے لکھے اور ان پڑھ لوگوں کو ملازمت پر لگانے کی ذمہ داری
- نومسلم خاندانوں کے روزگار اور دیگر معاملات میں معاونت
- غریب اور لاچار خاندانوں میں تجہیز و تکفین کی فراہمی
- چھوٹے قرضداروں کو قرض سے خلاصی
- چھوٹے روزگار کے لئے قرض حسنہ کی فراہمی
- ہسپتالوں میں مریضوں کے لئے 12 اور 24 گھنٹے اسٹریچرز اور وہیل چیئرز کے عملے کے ساتھ خدمت
- مرکز برائے فراہمی سامان معذورین (غریب اور لاچار مریضوں کے لئے اسٹریچرز، وہیل چیئرز، بیساکھی اور مریضوں کا دیگر سامان فی سبیل اللہ عارضی طور پر دیا جاتا ہے)
- پانی کی قلت کے سدِ باب کے لئے کنوؤں اور بورنگ کے انتظامات
- ہسپتالوں اور دیگر اہم مقامات پر ٹھنڈے پانی کے الیکٹرک کولر
- دینی مدرسوں کا قیام
- خستہ حال مسجدوں کی بحالی اور مرمت
- غریب اور کم آمدنی والے علاقوں میں مسجدوں اور مدرسوں کے امام اور قاری صاحبان کی ماہانہ تنخواہوں کا انتظام
- کراچی بھر سے مقدس اوراق جمع کر کے بحری جہاز کے ذریعے سمندر برد کرنے کا انتظام
- کراچی کے 9 مقامات پر صدقے کے بکروں کی فراہمی اور ذبیحہ کا انتظام
- سالانہ اجتماعی قربانی کے ذریعے شہر کے پسماندہ اور غریب علاقوں میں گھر گھر جا کر ہزار ہا مستحق افراد میں گوشت کی فراہمی
- قیدیوں کی رہائی میں مدد اور معاونت
- مرکز برائے استعمال شدہ فرنیچر اور دیگر اشیاء
- QTV سے پروگرام دکھی دلوں کا سہارا (استخارہ پریشانیوں سے چھٹکارہ) LIVE نشر کیا جاتا ہے جس میں دنیا بھر میں لوگ اپنے جسمانی اور روحانی مسائل کے حل کے لیے رجوع کرتے ہیں ادارے کے سربراہ حضرت بشیر فاروقی قادری صاحب رحمٰن عزوجل کے پاک ناموں سے استخارے کے ذریعے ان کا علاج تجویز کرتے ہیں اس کے علاوہ روزانہ ادارے میں خطوط، ای میل اور ٹیلیفون کالز کے ذریعے دنیا بھر سے بے شمار پریشان حال لوگوں کے روحانی مسائل کے حل اور ان کے سوالات کے جوابات دے کر ان کے مسائل کئے جاتے ہیں
- سالانہ عید پیکیج، اس سال ان شاء اللہ عزوجل 12000 خاندانوں میں راشن اور کپڑوں کی فراہمی